

Título: Relación entre las dimensiones de las Estrategias de Afrontamiento Colectivo y el Crecimiento Postraumático en adolescentes damnificados por la ola invernal.

Autor(es): Psi. Betzy Elena Barrios Alvarino (32.863.449).

Psi. Jorge Palacio Sañudo (72.142.614)

Título Otorgado: Magister en Desarrollo Social

Director: Psi. Jorge Palacio Sañudo

Programa: Maestría en Desarrollo Social

Universidad Del Norte

Barranquilla

2013

La capacidad que el ser humano tiene en especial los adolescentes para enfrentar las experiencias traumáticas y además obtener algo positivo de ello, es sin duda alguna una de las pruebas más difíciles a las que se puede enfrentar una persona. Es por esto, que este trabajo de investigación se ha enfocado en correlacionar las dimensiones de las Estrategias de Afrontamiento Colectivo y las escalas de Crecimiento Postraumático en adolescentes damnificados por la ola invernal en el sur del departamento del Atlántico.

Teniendo en cuenta que los adolescentes poseen cada uno una personalidad distinta, es en esta etapa cuando más se manifiesta, no solo de forma individual sino grupal y de esta forma ir midiendo el nivel de aceptación en los múltiples escenarios sociales e ir haciendo a la vez los ajustes que sean necesarios para sentirse aceptado socialmente. En lo que respecta a la variable de Afrontamiento se utilizó el cuestionario de Páez, D., Włodarczyk, A., Bosco, S., Reyes, C., y Villagrán, L. (2012). Referente al Crecimiento se aplicó el cuestionario de Páez, D., Reyes, C. y Villagrán, L. (2012) a 160 adolescentes en situación de damnificados. Para el análisis de los datos, se recurrió a la Correlación de Pearson. Se hallaron diferencias positivas entre las dimensiones de Afrontamiento Comunal y las dimensiones del Crecimiento Postraumático, los resultados muestran un alto nivel de afrontamiento, capacidad de superarse en medio de la adversidad y un buen desempeño de los hombres después de ocurrido el fenómeno.

Dedicatoria

A Dios quien ha sido mi pilar y fortaleza

A mis hijos y mi esposo

A mi madre y mis hermanos

Y a toda una comunidad Académica de la Universidad del Norte, mi tutor y profesores de la maestría.

Betzy Elena Barrios Alvarino.

AGRADECIMIENTOS

Hay muchas etapas en la vida que se van culminando, esta es una de ellas, por eso le doy gracias infinitas a Dios que ha hecho posible alcanzar un logro más en mi vida y en la de mi familia. Por esta razón Gracias Dios por ser mi fortaleza.

A mis hijos que han sido el motivo más grande de mi superación, mis ganas y mi lucha diaria, gracias por su paciencia, por su amor, por su dedicación hacia mí que soy su madre, sin duda alguna fueron el incentivo para continuar este arduo trabajo.

A mi esposo, mi compañero, mi amigo, quien ha estado apoyándome desde el día en que lo conocí, este triunfo también es tuyo, porque luchaste cada día conmigo y me enseñaste que en la perseverancia está el éxito.

A mi madre y a mis hermanos que con sus palabras de aliento, hicieron en mí una gran motivación.

Y a todas las personas de la Universidad del Norte, en especial a mi tutor Dr. Jorge Palacio, quien en cada una de sus asesorías me enseñó que en la constancia está el fruto del esfuerzo.

Betzy Elena Barrios Alvarino.

TABLA DE CONTENIDO

	Págs.
INTRODUCCION.....	9
1. JUSTIFICACIÓN.....	12
2. MARCO TEORICO.....	15
2.1. Antecedentes en el estudio del Afrontamiento.....	15
2.2. Estrategias de Afrontamiento colectivo.....	18
2.3. Dimensiones de las estrategias de Afrontamiento colectivo.....	25
2.4. Estrategias de Afrontamiento Colectivo en contextos de desastres.....	26
2.5. Antecedentes en el estudio de Crecimiento Postraumático.....	30
2.6. Crecimiento Postraumático.....	33
2.7. Crecimiento Postraumático en Jóvenes.....	35
2.8. Dimensiones Crecimiento Postraumático.....	36
2.9. Crecimiento Postraumático en contextos de desastres.....	38
3. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	40
4. OBJETIVOS	
4.1. Objetivo General.....	40
4.2. Objetivos Específicos.....	40

5. HIPÓTESIS

5.1. Hipótesis General.....	41
5.2. Hipótesis Específica.....	41

6. DEFINICIÓN DE VARIABLES

6.1. Definición Conceptual.....	41
6.2. Definición Operacional.....	43

7. CONTROL DE VARIABLES

7.1. En los sujetos.....	46
7.2. En el ambiente social y físico.....	46
7.3. En el investigador.....	47
7.4. Variables no controladas.....	47

8. METODOLOGÍA

8.1. Tipo de Investigación y diseño.....	48
8.2. Sujetos.....	48
8.3. Instrumentos.....	49
8.4. Procedimiento.....	50

9. ANÁLISIS DE RESULTADOS

9.1. Características Sociodemográficas.....	53
9.2. Resultados Primer Objetivo Específico.....	55
9.3. Resultados Segundo Objetivo Específico.....	59
10. CONCLUSIONES.....	63

BIBLIOGRAFÍA.....	65
-------------------	----

ANEXOS.....	75
-------------	----

TABLA 1. Clasificación de Catástrofes

TABLA 2. Estadísticos Edad

TABLA 3. Estadísticos Nivel Educación

TABLA 4. Estadísticos Estado Civil

TABLA 5. Estadísticos Situación Laboral

TABLA 6. Estadísticos Percepción de Apoyo Social

- CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO Y CRECIMIENTO POST-INUNDACION

INTRODUCCION

Las inundaciones, los cambios climáticos que tocaron a Colombia en el 2010 genero una destrucción no solo material sino también psicológica y traumática para todas las personas que experimentaron este fenómeno, sin duda alguna no hay nada de "natural" en lo que a un desastre respecta. Se puede decir que la naturaleza misma está llena de muchas amenazas, tsunamis, inundaciones, erupciones volcánicas, terremotos, etc. Sin embargo los seres humanos contribuimos cada día a crear ese desastre. Quizás no se pueda impedir una inundación, pero se podría evitar que sea un total desastre. Es así como una serie de sucesos catastróficos en los últimos tiempos ha captado la atención de toda la población mundial y aun más de los investigadores para tratar la situación de las personas que resultan afectadas. Aun así, la cifra de damnificados por desastres es alta en los hogares que viven en el margen de los países con bajos ingresos (Kahn, 2005).

De esta forma, se hizo necesario realizar un estudio de investigación para poder trabajar con esta población vulnerable como es la de los damnificados, este estudio se enfoco en establecer la correlación que existe entre las dimensiones de las Estrategias de Afrontamiento Colectivo y las dimensiones del Crecimiento Postraumático a adolescentes damnificados por el invierno en el sur del Departamento del Atlántico-Colombia. Se selecciono una muestra de 160 adolescentes, entre chicos y chicas damnificados por la ola invernal y quienes se encontraban viviendo aun en la zona del desastre.

Cabe anotar que la etapa de la adolescencia es un proceso en donde cada sujeto tiene una personalidad en particular y es en este momento cuando más la muestra, no solo se evidencia de manera individual sino también grupal y de esta manera se mide el nivel de aceptación por parte de los variados escenarios sociales. Según la OMS (2010), El perfil psicológico de los adolescentes es normalmente transitorio y también emocionalmente inestable y por lo tanto el desarrollo de su personalidad dependerá de las experiencias en las etapas infantiles, de su crianza y también de las condiciones sociales, ambientales y familiares en las que se desempeñe cada adolescente.

Si bien la adolescencia es una fase transitoria de la vida muy importante, también se conoce que es allí donde se producen grandes cambios y a la vez se está en búsqueda de la identidad y de elaborar un gran proyecto de vida (Castro, S. 2000; Casullo y Fernández, 2001; Obiols y Obiols, 2000). Por consiguiente, el logro de una identidad, la capacidad de tomar decisiones, el vivencia una nueva experiencia le exige cada día a los jóvenes estar en la búsqueda de ciertos recursos que sean puente para poder enfrentar las diversas circunstancias que se presenten.

Por lo tanto, las formas en que cada sujeto intenta dar respuestas al estrés y por supuesto la adversidad, son conocidas como mecanismos de defensa, hoy día se conoce también como afrontamiento. Es por esta razón que en lo que respecta al afrontamiento Casullo y Fernández (2001) lo conceptualizan como “El conjunto de respuestas (sentimientos, acciones, pensamientos) que un individuo utiliza para poder resolver situaciones problemáticas y reducir las tensiones que ellas generan.”

Otro de los fenómenos que se trabajo en esta investigación fue la posibilidad de que los adolescentes aprendieran y crecieran a partir de las experiencias vividas adversas, conocido como Crecimiento Postraumático, en casos como el de ocurrido en Manatí, son muchas las personas que logran encontrar recursos en medio de la lucha que han tenido que emprender (Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, 2001). Es mas en algunas investigaciones se ha encontrado como cantidades de supervivientes encuentran caminos de los cuales obtienen grandes beneficios gracias a su lucha constante contra los cambios drásticos provocados en sus vidas (Tedeschi y Calhoun, 2000). En si, al hablar de trauma y adversidad, se habla de personas con mucha más fortaleza.

Es así como el estudio de este proyecto hace énfasis en correlacionar las estrategias de afrontamiento con el crecimiento postraumático, e incluir en sus relaciones las variables de edad y sexo.

Es así como vivir una evento traumática es sin duda alguna una situación que cambia la vida de una persona, y es en esas vivencias, en esas situaciones extremas donde el ser humano tiene una nueva oportunidad de construir su forma del entender mejor el mundo y

sus valores, por esta razón se hace necesario crear modelos conceptuales que sean capaces de integrar la dialéctica de la vivencia postraumática y aceptar al tiempo que lo opuesto también puede coexistir.

Por último, y con el fin de poder mitigar en algún momento esos problemas sociales, es aquí donde nace el interés como investigadores tomando como objeto de estudio el afrontamiento y crecimiento postraumático ampliándolo a la población de damnificados que en los últimos años ha deteriorado muchos rincones de Colombia. Es así como a partir de esta intención que esta investigación tuvo como objetivo correlacionar las estrategias de afrontamiento colectivo y crecimiento postraumático en adolescentes damnificados por el invierno en el departamento de Manatí-Atlántico.

1. JUSTIFICACION

La cantidad de desastres originados por fenómenos naturales ha sido el tema a tratar hoy día, y más si se encuentran involucradas poblaciones vulnerables y de pobreza. En los últimos tiempos en todo el mundo se ha generado una gran cadena de desastres sin fin alguno, ocasionando grandes pérdidas humanas, materiales y desarrollando a la vez problemas psicosociales. Es así, como estudiar el impacto de los desastres naturales y los desastres por sí mismo, tienen gran trascendencia teórica y práctica a la vez, ya que el poder identificar la magnitud, extensión y naturaleza de ese efecto psicológico conlleva a planes de intervenciones pertinentes y muy efectivos, los cuales ayudan a mitigar las consecuencias negativas en la vida de las personas damnificadas (Alarcón, 2006)

Por consiguiente y según la ONU (2009), un desastre es “Una interrupción seria en el funcionamiento de una sociedad en general que causa una gran cantidad de muertes al igual que pérdidas e impactos económicos, materiales y ambientales que exceden la capacidad de la comunidad afectada para hacer frente a la situación mediante el uso de sus propios recursos”.

Colombia en los últimos tiempos no ha podido escapar de estos fenómenos y de acuerdo al reporte final que entrego el DANE como resultado del Registro Único de Damnificados por

la ola invernal 2010-2011, la cifra es de dos millones trescientas cincuenta mil (2.350.207) sujetos damnificados. Dentro del mismo informe se reportaron 110.202 damnificados del departamento del Atlántico. De esta manera se puede considerar que todo fenómeno o desastre natural causa efectos tanto físicos como psicológicos, es por esto que estudiar y poder analizar tales efectos logra brindar una buena perspectiva del problema para conseguir una buena intervención.

No cabe duda entonces que países como Colombia se ven mucho más afectados por ese tipo de calamidad, por las catástrofes naturales, debido a su alta vulnerabilidad y su baja capacidad para tomar medidas de reducción de riesgos (Basher, 2007). De esta manera cada vez más se reconoce que una catástrofe natural influye en la salud mental de todas las personas (Kawachi I, Subramanian SV, 2006).

Por consiguiente más que un estrés postraumático, la ocurrencia de un desastre natural en una sociedad o comunidad se convierte también en un estrés medioambiental de gran magnitud. Esta clase de desastres son visto tradicionalmente como sucesos repentinos e inesperados que sin duda alguna pone en peligro la vida y la comunidad en general (Bödvarsdóttir, I & Elklit, A, 2004).

Así mismo, las consecuencias de los desastres hace que las personas vivan con el miedo de que ese desastre se vuelva a repetir, la aprehensión y la preocupación suele continuar a través de los días, es así como después de ocurrida una catástrofe, los sobrevivientes a menudo muestran irritabilidad e ira (Weisaeth, 1984 citado en Elkit, A. 2004), lo que llega a expresarse también como la necesidad de tener que buscar algún culpable por el suceso traumático (Tennen & Affleck, 1990), en algunos casos se puede culpar al público o al estado.

Aunque muchos jóvenes se adaptan con éxito después de la exposición de desastres, una proporción considerable exhibe una serie de secuelas psicológicas. Además de las dificultades, tristeza y la ansiedad relacionada con la juventud puede sentirse acomplexada por sus emociones, experimentar dificultades académicas, y evidencia una serie de problemas de conducta. A largo plazo, la evidencia apunta al trastorno de estrés postraumático como consecuencia principal de desastres, y la exposición de desastres puede

influir negativamente en el funcionamiento social y académico de los jóvenes. Es así como enfrentarse a ese tipo de situaciones de riesgo como las inundaciones generan cambios y tensiones tanto de los factores como sociales como también de los factores ambientales, los cuales sin duda alguna desencadena una serie de conductas y emociones colectivas (Ovejero, 1997 citado en Fernández, I., et al. 1999).

Desde esta misma orbita, en muchas catástrofes ocurridas y situaciones de riesgo se es posible ver conductas colectivas adecuadas, como por ejemplo el tener orden en la evacuación, lo que permite luchar contra el peligro, sin embargo cuando se da en otras circunstancias se puede lograr observar conductas inadecuadas, es decir, considerar que lo que ha sucedido en la comunidad es irreal, es así como este tipo de conductas no forman una respuesta adecuada y como consecuencia de esto, aumentan en gran medida la desorganización social de la población (Fernández, I., Martín Beristáin, C., & Páez, D. 1999).

Por otro lado, los desastres no sólo llegan a afectar al funcionamiento social, sino también trae como consecuencia una vulnerabilidad, que es apenas percibida. Por ende la vulnerabilidad se logra disminuir con el nivel de desarrollo de la civilización, que lo que realmente quiere es precisamente eso, llegar a proteger al ser humano de las consecuencias negativas de las fuerzas desencadenadas de la naturaleza y de su propio comportamiento, sin embargo, a la vez causa un aumento en el grado de complejidad social (Gilbert J E, 1958, citado en J. J. López-Ibor, 2004).

Es así como se hace necesario estudiar las estrategias de afrontamiento desencadenadas de estas inundaciones así como su crecimiento postraumático en los jóvenes damnificados por el invierno en el sur del Atlántico, ya que en una situación de desastre el ser humano llega a manifestar respuesta de lucha o huida, siendo según lo que plantea Beristáin (1999) la reacción de Conmoción-Inhibición-Estupor, he aquí donde las personas sobrevivientes surgen de los escombros, sin ninguna iniciativa y cuya única oportunidad de moverse es un lento éxodo que los logra distanciar de el lugar de ocurrida la catástrofes y rehacer su nueva vida.

De esta manera se puede evidenciar como después de un desastre como el del Sur del Atlántico causa trastornos psicológicos, que según Kilic & Ulusoy (2003) provocan la morbilidad permanente, lo que significa que a corto y a largo plazo la salud psicológica y las condiciones físicas quedan expuestas al riesgo después de un episodio tan estresante. A lo que desastre natural se refiere, el riesgo suele ser aun mayor, ya que se llega a un estrés incontrolable (Smith, Hockemeyer, Anderson, Strandberg, Koch, Neill & Mc Cammon, 2002).

Cabe señalar que no se suele tener en cuenta el riesgo hasta que se llega a producir un gran desastre natural. Es ahí cuando las personas toman conciencia y se hace necesario hacer un estudio. De este modo, esta investigación creó una nueva oportunidad para poder reducir los cambios psicológicos y sociales y mitigar los daños causados.

2. MARCO TEORICO

2.1 Antecedentes en el estudio del Afrontamiento.

Desde la perspectiva de la psicología cognitiva-conductual, el termino *Afrontamiento* fue definido por Lazarus y Folkman (1986) como “aquellos esfuerzos cognitivos, conductuales y emocionales constantemente cambiantes los cuales se desarrollan para poder manejar las demandas específicas ya sean internas o externas que ponen a prueba o exceden los recursos del individuo” (p.140).

Muchos de los estudios realizados sobre afrontamiento (Carver, Scheier & Weintraub, 1989; Galán Rodríguez & Perona Garcelán, 2001; Lazarus & Folkman, 1986; Moos, 1988; Páez Rovira, 1993) citados en Krzemien, Urquijo y Monchietti (2004), concuerdan en clasificar las estrategias de afrontamiento en dos formas complementarias:

Una es centrada en el problema y en la emoción orientada al cambio y modificación de la situación hacia otra que realmente no suponga amenazar a la persona como tal y la segunda es aquella dirigida a la emoción, la cual incluye reducir la respuesta emocional negativa a una situación de estrés, que sin duda alguna es percibida como una amenaza o bien como una gran oportunidad de poder aprender a salir adelante.

Es así como Lazarus y Folkman (1986) establecen que la manera en que cada sujeto afronte la situación va depender, principalmente de los recursos de los cuales disponga para llegar a enfrentar las demandas de la vida misma. Estos recursos pueden ser propiedades del sujeto o ambientales. Sin embargo también se puede encontrar algunos factores o elementos que afectan directamente la capacidad de afrontamiento de cada persona, en este caso de los adolescentes damnificados por la ola invernal, es aquí donde el estrés hace su aparición, ya que este se considera como el estado por el cual se producen una serie de demandas inusuales y además excesivas que no solo atentan contra el bienestar de ellos sino también contra su integridad (Cassaretto, Chau, Oblitas y Valdez, 2003).

Hoy día, este tipo de consecuencia de enfrentar un desastre como lo es el estrés resulta muy importante de tratar debido a la cantidad de personas que cada vez son más afectadas. Según Lazarus & Folkman (1986), el concepto de estrés además del proceso de valoración psicológica se produce de dos maneras:

1. Valoración Primaria: esta es un patrón de respuesta inicial, en la que cada persona evalúa la situación que enfrente en 4 formas distintas:
 - a. Valoración de la amenaza, que se da cuando cada sujeto anticipa un peligro.
 - b. Valoración de desafío, que se da ante una valoración de amenaza en la que existe también una oportunidad de ganancia.
 - c. La evaluación de pérdida, es decir, cuando ha existido algún perjuicio como lo es una enfermedad, deterioro de la estima propia, o haber perdido un valioso ser humano.
 - d. Por último, la valoración de beneficio, la cual no genera ninguna reacción de estrés.
2. Por su lado, La Valoración secundaria: esta busca determinar las acciones que se van a realizar para poder así enfrentar el estresor, además de la percepción de las habilidades de afrontamiento.

De esta forma la interacción entre una valoración primaria y la secundaria, es lo que determina el grado de estrés, la intensidad y por supuesto la calidad de respuesta emocional. Es así como se puede discernir que ese tipo de reacciones de estrés a causa de situaciones

de peligro y catastróficas se encuentran agrupadas en tres dimensiones: emocionales, cognitivas y fisiológicas, (Solis & Vidal, 2006).

A. Emocionales: Comprende las sensaciones subjetivas de malestar emocional, como lo es el temor, la excitación, la depresión, la ansiedad, la ira, el miedo, entre otros mas (Taylor, 1999). Algunos trabajos como los de Shepperd & Kashani, (1991) citados en Cassaretto et al, (2003) han demostrado que los problemas de salud mental se generan a través de los sucesos estresantes.

B. Cognitivas: Respecto a este tipo de reacción de estrés, se encuentran tres clases de respuestas cognitivas: una es la negación, la preocupación y por supuesto la pérdida de control, los cuales vienen acompañados de bloqueos mentales y perdida de la memoria (Sandin, 1995). Son estos síntomas los que sin duda alguna afectan el rendimiento de cada joven y la relación que tenga con los demás (Cassareto et al., 2003). Todas esas fuentes que generan estrés son diversas, ya que pueden llegar a ser una demanda social, ambiental e interna. Sin embargo, el nivel de la reacción de estrés depende más de estos eventos que del tipo de pensamientos evaluativos que tenga cada sujeto. Es decir, un evento con consecuencias negativas no siempre causara malestar, este se da cuando las demandas impuestas por la situación son valoradas como excesivas a las habilidades para afrontarlas (Lazarus & Folkman, 1986).

C. Fisiológicas: Estas abarcan las respuestas neuroendocrinas y aquellas asociadas al sistema nervioso como aumento de la presión sanguínea, incremento de la respiración. Es decir, el efecto de esta respuesta sobre la salud a largo plazo llega a ser fatal, ya que deteriora de gran manera el sistema inmunológico, el cual se encarga de proteger al organismo de todo aquello que pueda causar una enfermedad (Herbert, 1994 citado en Solis & Vidal, 2006).

En este orden de ideas, las consecuencias de forma negativa del estrés llegan a ser reguladas por un proceso que se denomina afrontamiento. De esta forma se entiende como afrontamiento al esfuerzo conductual y cognitivo orientado a manejar, minimizar, reducir, dominar o tolerar las demandas internas y externas que aparecen y generan el estrés (Halstead, Bennett, Cunningham, 1993). El afrontamiento sin duda alguna ayuda a

identificar los elementos que intervienen en la relación que se da entre aquellas situaciones de la vida que causan estrés y síntomas de enfermedad. Cabe anotar que el afrontamiento también actúa como regulador de la perturbación emocional (Casaretto et al, 2003).

2.2. Estrategias de Afrontamiento Colectivo

Muchos de los estudios hechos sobre afrontamiento y estrés corroboran que después de experimentar la vivencia de tales sucesos causantes de los estados de ánimos negativos, es una respuesta dominante y a la vez muy frecuente hablar sobre lo ocurrido, el buscar compañía, en lo particular si se llega a compartir la situación y muy probablemente el estado emocional afectivo (Thayer, 1998). Efectivamente, la comprensión, la búsqueda de información, la ayuda o consejo por parte de los demás sujetos, resulta importante para poder resolver un tipo de problema, para descargar emociones, búsqueda de consuelo y contactos emocionales para poder sentirse mejor, es decir, es un patrón de afrontamiento a través de la Búsqueda del Apoyo Social.

Por su parte, algunos estudios meta-analíticos (Campos, Iraurgi et al., 2004) muestran que esta manera de hacer frente a los acontecimientos, y además a las reacciones emocionales que son provocadas, ayudan de gran manera a mantener una buena balanza de afectos siempre y cuando ambas modalidades se combinen. Lo anterior basado en la ausencia de una perseverancia rígida y un excesivo autocontrol, es decir, no enfocado en patrones evitativo-inhibitorios. Definitivamente para algunas respuestas habituales y tareas cognitivas para poder asimilar las vivencias negativas permiten sin duda alguna encontrar un sentido a lo ocurrido, además de la búsqueda de información a nivel individual o también al compartir con los demás.

Asimismo, para este último propósito resulta imprescindible poder alcanzar una reconstrucción cognitiva, logrando así auto-reconfortarse, para lo cual sería muy importante tener que sentirse comprendido y consolado por las demás personas que no fueron afectadas directamente, centrándose así en catalizar las emociones ante ellos. (Campos et al., 2004). Un ejemplo de ellos, son los estudios hechos por Schuster et al. (2001), el utilizó una muestra representativa de EE. UU. Días después de lo ocurrido del 11-S, se mostraba que los sujetos con más alta reacción de estrés afirmaban haber realizado mayor

afrontamiento informativo, es decir, saber cómo estaban los miembros de su familia y amigos, se mostro también mayor búsqueda de apoyo emocional, es decir, hablar con alguien sobre sus pensamientos y sentimientos.

Por otro lado, algunos estudios experimentales afirman que aquellas que se sienten con más apoyo frente a un estímulo emocional, también tienen la capacidad de reforzar su activación cognitiva y su afectividad negativa (Nils, 2003). Además, el hecho de hablar sobre sucesos o emociones negativas logra incrementar su intensidad y desagradar (Campos, Iraurgi et al., 2004).

De igual forma, se evidencio en un estudio hecho con familiares de combatientes de Wayment (2004), los sujetos con mayor apoyo emocional mostraban mayor ansiedad. Además, el que fue realizado por Silver et al. (2002), señala que las personas que durante el 11-S habían buscado más apoyo de este tipo manifestaban mayores niveles de síntomas de Trastornos de Estrés Postraumáticos (TEPT) a los seis meses, controlando así el nivel de salud física y mental previos al atentado. En este estudio se encontró también que la descarga emocional no tuvo ninguna influencia específica, y además que la búsqueda de apoyo emocional se relaciono a la búsqueda de apoyo en general. Aún así, en una investigación hecha por Fairbank et al. (1991) los veteranos de guerra con TEPT solían utilizar más la descarga emocional intensa como vía de enfrentar los recuerdos de los sucesos traumáticos que habían vivido.

De acuerdo a lo que sugería Durkheim para los fenómenos colectivos en los modelos elementales de la vida religiosa (Durkheim, 1912/1982): ante un suceso amenazador para la población en general, una primera consecuencia que se da es la intensificación de la comunicación sobre lo ocurrido. La conmoción colectiva que se produce por un hecho peligroso o novedoso produciría que «las interacciones sociales llegan a ser más frecuentes y activas. Los sujetos se buscan y reúnen entre sí. Resulta además una efervescencia que tiene como efecto una estimulación general de las pasiones... de tal intensidad que sólo se llegan a satisfacer con actos desmesurados» (Durkheim, en Díaz, 1998). A pesar de esto, no debe evadirse el hecho de que en el estudio de Campos et al. (2004) sobre el 11-M, la variable de inhibición emocional con claro matiz de aislamiento social, es decir, «intentar guardar para uno mismo los sentimientos» resulta un poco disfuncional al fortalecer la

percepción de soledad, la ansiedad y disminuir la satisfacción personal en un menor grado, resultando así muy neutra para el afecto positivo.

Por todo ello, tras ocurrir sucesos colectivos con alto nivel de trauma, compartir con los demás la experiencia, hablar, mostrar sentimientos e información tratando de buscar comprensión y llegar a conocer otras formas de abordar los hechos, ayudaría a promover la percepción de gratificación individual en base a la vivencia de afectos positivos y de integración social, y de esta manera mejorar también las creencias en torno a el sujeto mismo.

Por consiguiente, a medida que hayan mas eventos traumáticos, mayor serán las reacciones psicológicas en las personas, es por eso que en estudios hechos por Escobar, Canino, Rubio-Stipec y Bravo (1992) muestran que después de una catástrofe existe un aumento en los síntomas somáticos, un ejemplo de ellos se encuentra en un estudio hecho con las víctimas de inundaciones repentinas y deslizamientos de tierra, cada vez más, la depresión ha sido reportada también como una reacción psicológica ante un desastre (Bravo, Canino, Woodbury y Ribera, 1990 citado en Bödvarsdóttir, I & Elklit, A. (2004). Sin duda alguna, estos estudios han demostrado que aquellos desastres que implica la muerte, en donde hay un gran número de heridos y la destrucción masiva, se encuentran altamente relacionados con problemas psicológicos crónicos y graves en las personas víctimas (Toukmanian, Jadaa y Lawless, 2000).

Por lo tanto, existe una gran relación general entre el impacto de los desastres naturales y el efecto sobre la salud mental, sin embargo, algunos estudios han indicado problemas universales después de un desastre, mientras que otros se refieren a problemas concernientes con las características de la persona y el desastre (Karanci y Rüstemli, 1995). De acuerdo con Toukmanian et al. (2000), la experiencia del desastre se relaciona con el aumento del deterioro psicológico en el individuo, sin embargo es mediada por una gama de factores individuales y situacionales.

Existen también algunas evidencias de investigaciones, donde las consecuencias psicológicas de un desastre pueden extenderse más allá de la fase inicial de la supervivencia y en el proceso de recuperación aunque no siempre sucede lo mismo, (Freedy, Saladino,

Kilpatrick, Resnick, y Saunders, 1994) citados en Larry, N. (2008). Hoy día hay pocos acuerdos, sin embargo, en cuanto a la naturaleza patológica de estos resultados psicológicos. Un ejemplo de ello son los investigadores conductistas, los cuales pueden centrarse más en las acciones aprendidas como resultado de la experiencia y el potencial de crecimiento positivo a partir de entonces (Bonanno, Galea, Bucciarelli, y Vlahov, 2006), mientras que aquellos que se enfocan en la orientación psico-dinámica se cree que se inclinan más hacia la búsqueda de enfermedades o discapacidad mental como resultado de desastres (Durkin, Khan, Davidson, Zaman, y Stein, 1993; Norris, Perilla, Riad, Kaniasty, y Lavizzo, 1999; Solomon, Segerstrom, Grohr, Kemeny, y Fahey, 1997; Yule et al, 2000). Estos tipos de estudios tienden a enfatizar la naturaleza de la constelación de síntomas que se encuentra en las víctimas de estrés extremo.

Teniendo en cuenta que en esta investigación se ha venido trabajando con adolescentes hombres y mujeres y se ha estado estudiando el afrontamiento colectivo, no cabe duda entonces que en ellos se encuentra un nivel alto de capacidad de afrontamiento, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), define la adolescencia como la fase que transcurre entre los 11 y 19 años, considerándose a la vez dos fases, la adolescencia temprana que va de los 12 a los 14 años y la adolescencia tardía que va entre los 15 y los 19 años. En cada una de estas fases se presentan cambios tanto en el aspecto fisiológico es decir, estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas, los cambios estructurales anatómicos y modificación en el perfil psicológico y de la personalidad. Aun así la condición de la adolescencia no es uniforme y cambia de acuerdo a las características individuales y de grupo. Algo que no ocurre en las personas adultas, es por esto, que las diferentes estrategias utilizadas para lidiar con el estrés influyen siempre en gran medida el ajuste personal (Lazarus y Folkman, 1984). Tedeschi y Calhoun (1995) encontraron que, en las personas adultas, el afrontamiento que se produce inmediatamente después de un evento de la vida es a menudo negativo, emoción que se centra en un intento de hacer que la necesidad que apremia sea más tolerable. También afirman que la evitación de afrontamiento permite al individuo poder enfrentarse al evento negativo y por tanto evita que el sujeto se abrume por la angustia. Sin embargo, se piensa que la solución como una respuesta para hacer frente a acontecimientos negativos de la vida

se encuentra altamente relacionada con los resultados positivos a largo plazo (Butler et al., 2005).

De esta forma se ve como cada individuo posee una personalidad, sin embargo es en la etapa de la adolescencia cuando generalmente se manifiesta, no solo de manera individual sino también de forma grupal, esto, con el objetivo de ir midiendo el grado de aceptación en los diferentes escenarios sociales y poder hacer las modificaciones o los ajustes necesarios para sentirse aceptado socialmente. De acuerdo a esto, hay una gran cantidad de investigaciones que evalúan el afrontamiento en los jóvenes (Langrock, Compas, Keller, Comerciante, y Copeland, 2002), sin embargo, los estudios de exploración de la asociación entre las estrategias de afrontamiento juveniles y los resultados positivos son limitados, prueba de esto lo encontramos en un estudio longitudinal de Wolchik, Coxe, Tein, Sandler y Ayers (2008), donde la evitación del afrontamiento, afrontamiento activo y PTG se midieron en una muestra de cincuenta adolescentes y adultos jóvenes que habían sufrido la muerte de un padre. Para sus propósitos, afrontamiento activo se definió como la resolución de problemas y la reestructuración cognitiva positiva, mientras afrontamiento evitativo se refiere a evitar el problema y el juego a hacerse ilusiones. Afrontamiento activo se relacionó significativamente con las nuevas posibilidades y la fuerza personal.

De acuerdo a lo anterior y según Páez et al. (2011), cuanto más grande y más masivo sea el cambio provocado por el trauma, involucrara mayor movilización de todas las formas existentes de afrontamiento. Es así como el afrontamiento comunal constituye un proceso en el cual la evaluación y las funciones para resolver un problema se originan en el contexto de las relaciones sociales, es decir, todos los sujetos perciben el suceso estresante como “nuestro” problema en lugar de “mi” o “su” problema (Páez et al., 2011). Lo anterior sin duda alguna permite tener una valoración social y poder así activar un proceso de colaboración. Autores como Bosco (2011) han ido identificando algunos componentes que son característicos del afrontamiento comunal, los cuales son:

a) Experiencia compartida colectiva: el estrés que suele ser experimentado debe ser también vivido mínimo por dos o más personas y tener por supuesto un dominio en la estructura colectiva.

b) Evaluación compartida del evento estresante: este tipo de situación implica tener que pensar y actuar como si el agente de estrés fuese compartido, los sujetos perciben que los otros y ellos mismos perciben el evento como “nuestro problema”.

c) La comunicación comunal acerca del estrés: se hace necesaria la presencia de cooperación y comunicación para poder abordar la situación estresante.

d) Por ultimo: La movilización de las relaciones: Todos los sujetos deberán actuar colectivamente y compartir responsabilidades para así poder hacer frente a la situación problemática.

Por consiguiente muchas de las investigaciones en Estrategias de Afrontamiento comunal se han enfocado en sucesos traumáticos masivos, tales como ritos funerarios en Guatemala (Gasparre, Bosco y Bellelli, 2010; OHDAG, 1998), además de las manifestaciones políticas como las del 11 de marzo de 2004 en Madrid (Páez, Basabe y Rimé, 2005). Estas clases de acciones colectivas ayudan al compartimiento y a la expresión emocional, permitiendo así percibir un clima emocional lleno de esperanza, aunque también puede que sea de enojo y motivación a la acción, los cuales tienen efectos positivos para el estado de ánimo y la salud, al conceder un sentido de mayor integración social (Páez et al., 2011; Rimé, 2012). Por esa razón, el Afrontamiento Comunal puede llegar a constituirse en un instrumento para la reconstrucción del bienestar.

Es así como este estudio enfocado en los adolescentes nos llega a brindar las herramientas para la creación de una política pública. Hay entonces que tener en cuenta que la adolescencia es una fase de la vida en donde se presentan variedad de tareas que al final pueden convertirse en fuentes de estrés, ya sea con problemas vinculados al colegio, a su situación de damnificados, la incertidumbre referente al futuro, algunas dificultades familiares, las relaciones amorosas, a la presión social, y por supuesto los problemas relacionados a sí mismos (Castro de la Mata & Rojas, 1998; Martínez & Morote, 2001; Montenegro, 2001) citados en Cassaretto et al., (2003). Por consiguiente el comportamiento del adolescente se encuentra anotado dentro de un cumulo de tareas de desarrollo cuyo objetivo supone buen bienestar subjetivo y salud mental.

Por su parte, Peña-Herrera (1998) detalla las siguientes tareas: el logro de la independencia económica, la social y emocional de los padres, el contar con un sistema de valores, la perspectiva de futuro y por supuesto el desarrollo de una identidad psicosexual. De acuerdo a Frydenberg (1997) afirma que varias de las conductas de riesgo como lo es el consumo de drogas, la violencia, trastornos alimenticios son los que responden a la incapacidad de muchos adolescentes para afrontar sus preocupaciones. Aunque la mayoría de los esfuerzos en la evaluación e investigación del afrontamiento se han dado en poblaciones adultas, sin duda alguna ha habido un incremento en el número de estudios sobre este tema con niños y adolescentes. Actualmente muchas investigaciones han ido estudiando la naturaleza de las principales preocupaciones de los adolescentes pudiendo así clasificarlas en globales, es decir, temas de naturaleza social y las personales, es decir, realidad inmediata del individuo. Seiffge-Krenke (1995) citada en Solis & Vidal, (2006), trabajaron con una cantidad de 3000 adolescentes de muchos países en donde encontró que los estresores de mayor intensidad son los que se relacionan con la visión de futuro. La autora coincide con Phelp & Jarvis (1994) citados en Solis & Vidal, (2006) señalan que las mujeres son las que presentan mayores preocupaciones en relación a sí mismas, sus amigos, padres y a su conducta interpersonal. Los hombres, por su lado, refieren mayores tensiones en temas como las actividades extracurriculares, las académicas y de ocio.

Otros autores como Martínez & Morote (2001) en su estudio sobre los estilos y preocupaciones de afrontamiento de los adolescentes en Lima, en el que encontró que las mujeres presentan mayor preocupación en relación con sus amistades, su futuro. Los hombres por su parte dicen las investigadoras se caracterizan por preocuparse por su rendimiento escolar, por su familia y particularmente por la economía.

En lo que concierne a la edad, Compas et al. (Canessa, 2000) señalan inicios de estrés según grupos etareos: los adolescentes entre los 13 años consideran que la familia es su fuente de preocupación más grande, los de alrededor de 15 años muestran al grupo de pares como principal estresor y para los adolescentes entre 17 años, lo académico y su futuro son los que causan mayor preocupación.

Por último, en los estudios sobre las consecuencias de las experiencias traumáticas en desastres naturales “se ha tendido a sobreestimar su impacto psicológico y disminuir los

efectos psicosociales” (Bonanno, Brewin et al., 2010, p. 2). Estos estudios muestran que sin duda alguna hay personas que amortiguan los efectos del desastre gracias a su capacidad de comunicación, organización, y apoyo social. Estas clases de procesos sociales ayudan a que disminuya la afectividad negativa y crezca la positiva, que mejoren también las relaciones positivas con otros, y que se refuercen el sentido de la vida y el bienestar psicosocial en general (Páez, Basabe, Bosco, Campos y Ubillos, 2011).

2.3. Dimensiones de las Estrategias de Afrontamiento Colectivo

Desde hace mucho tiempo se han venido realizando estudios sobre el afrontamiento, que han llevado a poder conceptualizar los tipos y las dimensiones de la personalidad que han pasado a denominarse como estilos y estrategias. Esos estilos de afrontamiento son las predisposiciones personales para poder hacer frente a diferentes situaciones y son las que también determinan el uso de las estrategias de afrontamiento, así como también su estabilidad situacional y temporal (Solís & Vidal, 2006). Por su lado, las estrategias de afrontamiento son aquellos procesos específicos y concretos que pueden ser utilizados en cualquier contexto y además pueden ser cambiantes dependiendo de las condiciones que se desencadenen (Carver & Scheier, 1994; Fernández-Abascal, Palmero, Cholíiz & Martínez, 1997, en Cassaretto et al., 2003).

Entre los estudios realizados por Páez y Cols basados en los estudios de Afrontamiento Comunal, los autores se centran específicamente en el Afrontamiento Comunal en adolescentes, mencionan dos estilos de afrontamiento considerados como Adaptativos y Desadaptativos. Las adaptativas son un afrontamiento positivo de las personas, que reforzó un dominio y recuperación después de la situación y que permitió una resolución "colectiva" del problema. Las inadaptativas, es lo contrario: estrategias que dificultaron una resolución colectiva, pero que eso no impide que hayan soluciones individuales. (Páez, Włodarczyk, Bosco, Reyes y Villagran, 2012). Por eso, pueden haber estrategias que siendo inadaptativas a nivel colectivo, pueden ser adaptativas a nivel individual (por ej. ítem 07, en

que una persona prefiere aislarse y generar un bienestar alejado de los demás). Ver Cuestionarios.

Son 28 estrategias de Afrontamiento, agrupadas en dos estilos de Afrontamiento, Las Adaptativas que comprenden las siguientes estrategias:

Afrontamiento directo, Apoyo social de tipo instrumental, emocional o informacional y Altruista, Búsqueda de información, Reevaluación positiva, Crecimiento post estrés, Distracción, Emociones adaptativas como humor, Respuestas fisiológicas, Autocontrol, Activación de emociones incompatibles, Confrontación, Expresión emocional y Rituales seculares y espirituales.

Y las inadaptativas que comprenden las siguientes estrategias:

Abandono psicológico, Aislamiento emocional, Autocrítica, Evitación cognitiva, Evitación-deseo de cambio mágico, Negación, Comparación social hacia abajo y hacia arriba, Inhibición, Descarga emocional y supresión.

2.4. Estrategias de Afrontamiento Comunal en contextos de desastres.

Tener la capacidad de afrontar un acontecimiento como lo es una inundación, es sobrevivir a las demandas de la vida, sin embargo no cabe duda que una catástrofe de esa magnitud implica un suceso negativo, frecuentemente brutal e imprevisto que provoca no solo destrucciones materiales, sino también importantes pérdidas humanas, ocasionando así un alto número de víctimas y una desorganización social muy relevante. Este tipo de destrucción, la mayoría de las veces trae consigo otras consecuencias que perduran a través del tiempo. Cuando se habla de catástrofe, se habla de sucesos como los desastres naturales y de eventos sociales producidos por causa humana, que incluyen desde accidentes tecnológicos hasta crisis de guerra y sociopolíticas. Uno de los significados más relevantes sobre desastres ha sido el dado por Fritz (1961) citado en Fernández, Beristáin & Páez (1999), que lo muestra como: “Un evento cualquiera que se da en un tiempo y espacio, en el que una parte de la sociedad en general, vive un peligro, sufre pérdidas de sus familias y

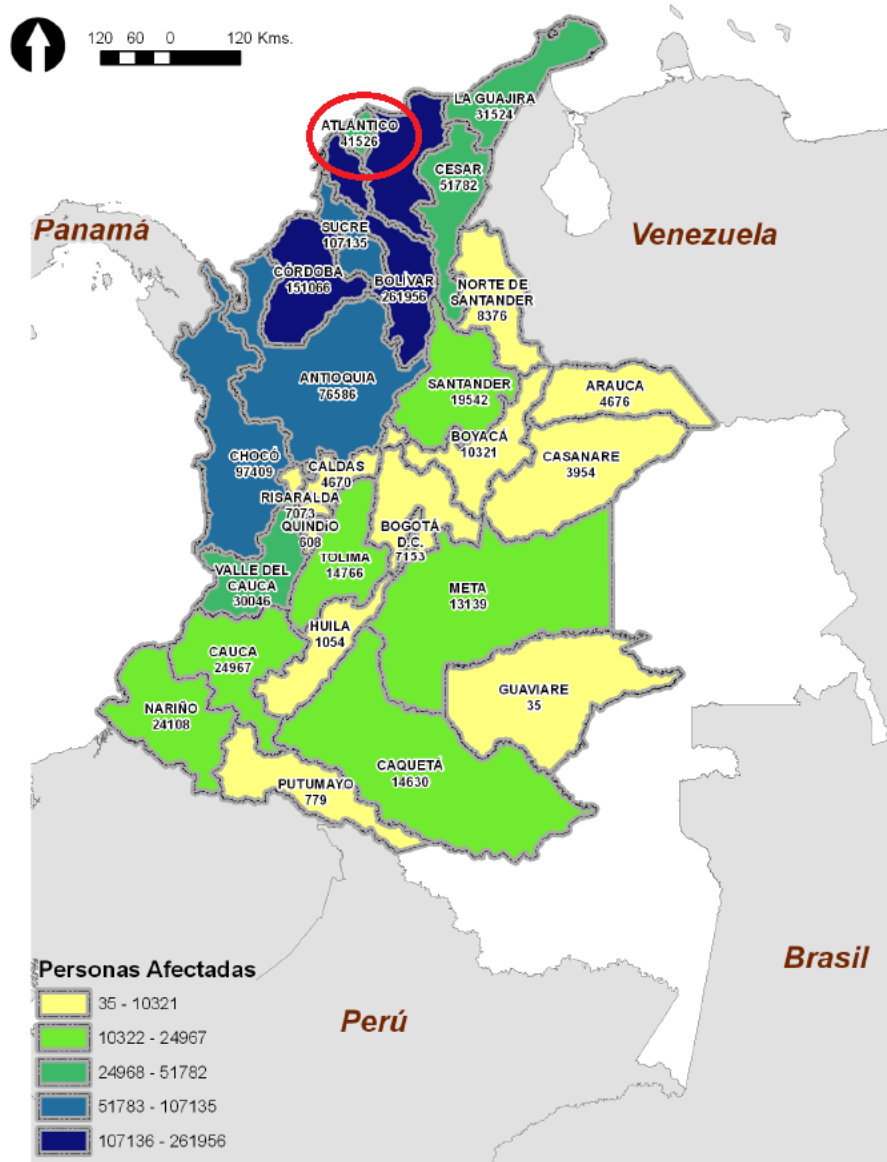
pertenencias materiales, y además hay ruptura en su red social y la realidad de la mayoría de las funciones esenciales de la sociedad se ve impedida”.

Por otro lado, hay que tener en cuenta que muchas de las catástrofes naturales ocurridas influyen de forma radical agentes humanos, incluyendo también la debilidad política y económica a la que llegan (Marskey, 1993).

Debido a este tipo de inconvenientes que se presentan cada año como consecuencia del cambio climático, algunas instituciones como el Centro de Investigación del Desastre en Grenoble, propuso varias clasificaciones de catástrofes, ya sea en función de su naturaleza y combinando a la vez numerosos parámetros descriptivos. (Ver Tabla I).

Con respecto a este tipo de cambios, Colombia y a su vez el Departamento del Atlántico ha sido uno de los más afectados en todo el país, en el siguiente cuadro se muestra en el mapa las ciudades más afectadas en todo el país.

Grafico I. Mapa de Colombia y sus Departamentos



Fuente: Adaptado de The mission of the United Nations Office for the Coordination of Humanitarian Affairs (OCHA)

Así mismo, y ante situaciones de riesgo, de tensión, cambio y a tantos factores ambientales como sociales, es cuando se desencadenan una gama de conductas y también emociones colectivas (Ovejero, 1997). Por lo tanto, en la mayoría de estos desastres y cuando el ser humano se ve en situación de riesgo, se logra observar conductas colectivas, un ejemplo de ello es el orden en la evacuación de la población que se encuentra en riesgo, lo que permite luchar contra la expansión del peligro, como también de la organización consciente de los recursos, sin embargo no siempre es el caso, en otro tipo de circunstancias es fácil observar conductas inadecuadas como lo es considerar que la situación no es verdad y se da la desorganización de la comunidad, lo que permite la exposición a nuevos peligros (Fernández, Beristáin & Páez, 1999).

Las respuestas a este tipo de sucesos son los comportamientos de reacción de **Connoción-Inhibición-Estupor**, lo que permite a las personas sobrevivientes salir de los escombros, alterados por lo sucedido y cuya única orientación es hacia donde se mueve el resto de personas, alejándose así del lugar donde ocurrió la catástrofe (Lima, 1990).

El **Miedo Colectivo**, es otra de las reacciones vividas por los adolescentes y adultos damnificados en situación de desastre, es como una amenaza para ellos, sin embargo no es una condición suficiente para que las conductas de pánico hagan su aparición, incluso es normal ver como los aviadores, los voluntariados del ejercito en muchos países, afirman que muchos de los soldados suelen sentir miedo cuando están en combates (Delumeau, 1993). No muy lejano a esto se encuentra el **Pánico** como otras de las reacciones colectivas muy temidas, sin embargo no es tan frecuente, pese a esto se llega a definir como el miedo colectivo sentido por todos los sujetos de una comunidad, y se traduce por las reacciones de huida, hay desorden y violencia (Crocq et al., 1987).

Los siguientes elementos dan un concepto claro sobre pánico:

- a. Dimensión subjetiva, un miedo intenso
- b. Contagio de emociones, un miedo que es compartido
- c. Dimensión conductual, huidas

d. Consecuencias negativas para la persona y la colectividad, trata acerca de aquellas reacciones no adaptativas e individualistas, que al final producen más víctimas que el desastre mismo (Quarantelli, 1976). Y por último se da la reacción de la **Huida Colectiva**, es decir, las condiciones de amenaza asociadas al éxodo suponen un peligro para la vida, un ejemplo de ello es el accidente químico ocurrido en India, en donde el éxodo fue causante de la mortalidad de más de 2500 personas, que fueron recogidas en las calles, porque no solo se habían intoxicado, sino que también habían sido atropellados por carros en la huida. Otra de las cosas que se debe tener en cuenta son los rumores que se tienen después de ocurrido un desastre o tragedia, ya que pueden ayudar al funcionamiento del grupo. Una manera de afrontarlos es el de dar información confiable tan pronto como sea posible, es decir, que la información no solo debe incluir lo que sucedió, sino también lo que puede continuar ocurriendo y como enfrentarlo (Hodgkinson & Stewar, 1991).

2.5. Antecedentes en el estudio de Crecimiento Postraumático

Los cambios positivos experimentados como resultado de la lucha con el trauma es uno de los tantos conceptos para el crecimiento postraumático (Calhoun & Tedeschi, 2006). Estos autores han facilitado un modelo de poder experimentar el CPT que detalla el progreso de un trauma al crecimiento. De acuerdo a este modelo, los sucesos negativos que ocurren en la vida pueden, y muy frecuentemente lo hacen, dar lugar a resultados positivos (Tedeschi & Calhoun, 2004). Ese modelo inicia con un sujeto que experimenta un hecho traumático. Si el suceso es lo justamente preocupante, se debe decir para así poder eliminar aquellos esquemas-creencias y metas fundamentales que resultan de la extrema angustia emocional de cada individuo.

Es así como, en el intento de querer aliviar la angustia, la persona de forma automática y sin intención alguna, vive en el trauma. Es por eso que se hace necesario la búsqueda del apoyo en los demás, así como también el de crear estrategias de supervivencia tales como la auto-revelación, ya que los procesos cognitivos a causa de lo sucedido son a menudo no deseados. Ese tipo de apoyo social brinda mucha ayuda en el tratamiento de los trastornos

emocionales y la reforma de los esquemas. Es más, una vez que se logre reducir la angustia emocional, cambia y se transforma automáticamente la vida de la persona. En último lugar, cuando el pensamiento intencional es significado constructivo de los sucesos ocurridos, la búsqueda de beneficios, se produce el crecimiento de revalorización-personal (Tedeschi y Calhoun, 1995).

En este orden de ideas, y según Tedeschi & Calhoun (1996) se proponen tres áreas de cambio que se encuentran relacionadas con el CPT, ellas son:

1. La percepción del cambio en sí mismo: Hace referencia a cómo cada uno de los sujetos se ven a sí mismos y a sus creencias de autoeficacia. Por ejemplo, las víctimas de trauma han mostrado sentirse más seguros de sí mismos y fuertes como resultado de los acontecimientos vitales negativos (Collins, Taylor, y Skokan, 1990).
2. Un sentido de cambio en las relaciones con los demás: Este tipo de cambio implica sentirse aun más cerca del resto y con más capacidad de poder apreciar a sus seres queridos. Malinak, Hoyt y Patterson (1979) por su parte, encontraron que las personas adultas se afligen luego de que en su familia se sufra la muerte de un ser querido.
3. Filosofía de cambio de vida: Esta área puede ser vista como teniendo una nueva perspectiva acerca de la vida y muy positiva. Las personas que sufren este tipo de cambio lo hacen como un reclamo, para encontrar así más satisfacción y placer en su vida cotidiana (Joseph, Williams, y Yule, 1993).

Otros autores como Vera Poseck, Carbelo & Vecina (2006), han afirmado que “para la corriente americana, esta concepción de CPT, aunque este muy ligado con resiliencia o Hardiness, no resulta ser sinónimo de ellos, ya que cuando se habla de Crecimiento Postraumático no solo se refiere a el sujeto como tal enfrentando un evento traumático y tratando de sobrevivir y resistir sin sufrir ningún trauma mental, sino que aparte la experiencia vivida lo lleva a una mejor situación en comparación en la que se encontraba antes” (Calhoun & Tedeschi, 2001).

Por su parte, el Crecimiento Postraumático ha sido un fenómeno caracterizado por los cambios positivos psicológicos y el crecimiento propio más allá de los niveles previos de funcionamiento, es así como Tedeschi, Park & Calhoun (1998) han determinado 5 resultados de Crecimiento Postraumático, los cuales son:

1. Aumento en la valoración de la vida
2. Sentido de que la vida da nuevas posibilidades
3. Aumento de la Fortaleza personal
4. Fortalecimiento de las relaciones personales, especialmente con los más cercanos
5. Cambios espirituales positivos.

De forma más reciente, se ha propuesto también que el Crecimiento Postraumático se puede ver como un modelo de afrontamiento además como un resultado del afrontamiento positivo (Affleck y Tennen, 1996). Por su lado Zoellner y Maercker (2006), encontraron en su análisis compresivo y crítico sobre CPT cuatro modelos que son:

1. Enfocado en construir una respuesta que le dé sentido a la pregunta ¿Por qué paso esto?
2. Por su parte Park & Folkman (1997) citados en Jackson (2007) denotan diferencia entre la construcción de significado global y situacional, es decir, una experiencia traumática que logre llevar al sujeto a reevaluar su valoración general de las creencias que apoyan su vida.
3. Otro punto de vista, ve al CPT como un proceso interpretativo, en el que cada sujeto procesa la información de lo que le ha sucedido, reinterpretando la experiencia como un hecho que hace habilita las capacidades de afrontamiento.

4. Y el último modelo, presenta al Crecimiento Postraumático como una unidad de visualización positiva en la cual los hechos adversos, se asemejan como factores que aportan ayuda para que cada persona pueda desarrollar nuevas estrategias.

Es así como analizar a fondo el Crecimiento Postraumático en los adolescentes permite considerar que de alguna forma la adversidad puede en muchos casos, no solo traer consecuencias traumáticas a el ser humano, sino también que puede inducir en la gente que se den algunos procesos cognitivos de adaptación, teniendo como resultado que se alteren las visiones de uno mismo, de las demás personas y del mundo, además de que se origine la convicción de que se es ahora mejor que antes de ocurrido el hecho.

2.6. Crecimiento Postraumático

El Crecimiento Postraumático, puede concebirse como una cualidad que se desarrolla como respuesta del aprendizaje que hace cada sujeto a partir de la exposición a la crisis o al trauma. El Crecimiento postraumático se hace ver a través de muchos comportamientos notoriamente definidos y algunas pautas de pensamiento que no se encontraban presentes de forma previa a la ocurrencia del suceso catastrófico (Turner y Cox; 2004 en Tedeschi y Calhoun, 2004).

Las características y comportamientos personales que pueden relacionarse con la experiencia de crecimiento Postraumático son, entre otros mas, (Tedeschi y Calhoun, 2004; Acero 2008):

- Percibir mayor compasión y empatía por otras personas, después del trauma o la pérdida personal.
- Aumento en la capacidad de ajuste y flexibilidad ante contextos adversos
- Un alto grado de madurez psicológica y emocional en relación con otros sujetos en el mismo rango de edad
- Comprensión Profunda y valoración de la vida, en comparación con sus pares
- Comprensión Profunda y valoraciones personales, proyecto vital sólido y sentido de vida

- Mayor valoración de las relaciones interpersonales
- Sentido de vida trascendente
- Reestructuración del orden de prioridades vitales (es más importante el ser que el tener).

En lo que respecta al Crecimiento Postraumática con las estrategias, estas son utilizadas para contender con el estrés y logran influir en gran medida el ajuste personal (Lazarus y Folkman, 1984). Por su parte, Tedeschi y Calhoun (1995) mostraron que, en las personas adultas, el afrontamiento que se da después de un hecho de la vida es a menudo negativo, la emoción se enfoca en tratar de hacer que la necesidad que apremia es más tolerable.

Esos autores también sugieren que la evitación de afrontamiento permite al sujeto para lograr enfrentar el suceso negativo a su propio ritmo y además evita que la víctima se abrume por la angustia. Sin embargo, la solución se ve como una resultado para afrontar los acontecimientos negativos de la vida activa, los cuales están más relacionado con los resultados positivos a largo plazo (Butler et al., 2005). Es así como hay muchas investigaciones que evalúan el afrontamiento en los jóvenes (Compas & Epping, 1993; Blount, Davis, Powers, & Roberts, 1991; Langrock, Compas, Keller, Merchant, & Copeland, 2002), sin embargo, los estudios exploratorios de la relación entre las estrategias de afrontamiento juveniles y los resultados positivos llegan a ser limitados.

Por su parte, se han encontrado que son muchos los estudios que se han hecho sobre las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios y otros jóvenes. En el desarrollo de la escala de estrés relacionado con el crecimiento (SRGS), Park, Cohen y Murch (1996) se halló que los estudiantes universitarios que dijeron haber vivido esos sucesos traumáticos diferentes, el alto crecimiento positivo se observó en aquellos jóvenes que utilizaron reinterpretación positiva y la aceptación de afrontamiento. Según los autores, ese tipo de reinterpretación positiva muestra un intento activo de crecer como resultado del trauma.

2.7. Crecimiento Postraumático en Jóvenes

Muchas de las investigaciones trabajadas en Crecimiento Postraumático han sido realizadas con personas adultas, sin embargo muy recientemente se ha explorado con niños y también adolescentes. Estudios realizados han trabajado el concepto de CPT con jóvenes con cáncer (Barakat, Alderfer, y Kazak, 2006), con aquellos que experimentaron la muerte de un ser querido (Ickovics, Meade, Kershaw, Milán, Lewis & Ethier, 2006) con los niños que han sido víctimas de accidentes de tráfico (Salter y Stallard, 2004), también con los estudiantes universitarios expuestos a la violencia en la comunidad en general (Park, 2006), y adolescentes que han estado expuestos a los ataques terroristas (Milam, Ritt-Olson, Tan, Unger, y Nezami, 2005). Hay cierto consenso, sin embargo acerca de la conveniencia o no de CPT es una construcción adecuada para el estudio en niños y adolescentes (Joseph, Knibbs, y Hobbs, 2007). Por su parte, Cohen, Hettler y Pane (1998) afirman que los niños son menos resistentes que los adultos y por lo tanto, menos propensos a experimentar CPT después de sufrir un suceso traumático. Además, cabe anotar que las capacidades cognitivas de los niños son siempre mucho menos desarrolladas que la de los adultos (Milam et al., 2005).

Cabe anotar que gran parte de ese consenso gira en torno a un proceso que es fundamental para el CPT: es la transformación de esquema. Fiske (2004) conceptualiza un esquema como "una organización cognitiva que contiene las características de un concepto o tipo de estímulo y las relaciones entre ellas" (p. 143). Sin embargo, en el estudio del CPT, los esquemas frecuentemente son conceptualizados como "estructuras de trabajo y viable que se utilizan para organizar las experiencias y poder así anticipar los resultados" (Janoff-Bulman, 2006, p. 83). Un ejemplo de ello es, si una persona que reside en el sur del Golfo ha vivido muchas épocas de huracanes, sin embargo nunca ha sido dañado por un huracán, él o ella esperara que en un futuro sea la misma seguridad frente a los desastres naturales, es por esto que el CPT en los adultos reconstruye los esquemas que estaban establecidos y derribados por un suceso traumático. Lo contrario sucede con la población más joven, ya que ellos tienen experiencias de vida limitadas y sus esquemas están aún en proceso de

construcción y como tales no se encuentran completamente desarrollados (Janoff-Bulman, 2006).

Es así como se puede decir, que los adolescentes llegan a ser más propensos a integrar la nueva información en sus esquemas de información ya sea de forma negativa o positiva. Se hace importante nombrar que se han ido desarrollando diferentes medidas de CPT para los jóvenes, en un estudio de Milam & cols (2004), se encontró que casi el 30% de los 435 participantes evaluados adolescentes reportó al menos resultados positivos moderados, como resultado de varios acontecimientos negativos de la vida, y no hubo diferencias significativas en las puntuaciones de CPT a través de diferentes eventos, se encontró también que la edad era un predictor significativo del CPT (Polatinsky y Esprey, 2000).

2.8. Dimensiones del Crecimiento Postraumático Colectivo.

Las dimensiones que pueden ser trabajadas dentro del Crecimiento Postraumático son:

Nivel Personal: en esta dimensión se evalúan los sentimientos de muchos sujetos que han afrontado un evento traumático, se evalúa el incremento de la confianza en la habilidad para poder afrontar cualquier desastre que ocurra en un futuro. Cuando cada sujeto logra y es capaz de enfrentar esos sucesos, se siente capaz de enfrentar muchos más. Ese tipo de cambios se pueden ver en aquellas personas que se han visto obligadas a tener roles muy estrictos en el pasado y que gracias a sus experiencias traumáticas han podido tener la oportunidad de redireccionar su vida. Estas creencias están apoyadas en las investigaciones que muestran que las convicciones ideológicas y políticas son un factor esencial en la resistencia de aquellas personas que viven eventos traumáticos (Pérez-Sales y Vázquez, 2003).

Interpersonal: para este punto, la mayoría de personas logran fortalecer sus relaciones con otros sujetos gracias a la experiencia de un hecho traumático. En esta dimensión es muy común tener pensamientos como: “ahora conozco quienes son los verdaderos amigos y me siento más cercano a ellos”. También suele ocurrir que después de ocurrido el suceso

muchas familias y parejas logran sentirse más unidas que antes. Ejemplo de ello se encontró en un grupo de madres quienes sus hijos sufrían trastornos médicos, se encontró que el 20% de estas madres afirmaron sentirse más cerca de su familia que antes y que por ende sus relaciones se habían fortalecido de gran manera (Affleck, Tennen y Gershman, 1985 citado en Posekc, Baquero & Jiménez, 2006). Así mismo, el tener la experiencia traumática hace que las personas renueven sentimientos de compasión y empatía hacia las otras que están sufriendo y por ende promueve comportamientos de ayuda.

Integración Social: Algunos autores como Keyes define la integración social como “la apreciación de la calidad de las cohesiones que se mantienen con la sociedad y con la comunidad” (Keyes, 1998, p. 122). Y además afirma que las personas que tienen un alto nivel de integración son individuos sanos y se sienten que son parte de la sociedad, además se sienten capaces de sembrar un sentimiento de pertenencia, y no obstante tienen vínculos sociales con sus amigos, familia, vecinos, compañeros, etc. Aun así, una de los elementos que en este nivel tiene más consistencia, es el estado de casado.

Participación Sociopolítica: Existen muchas transformaciones en la vida política y más aun en la toma de decisiones, y se crea también un interés por utilizar de forma eficaz los recursos humanos y sus capacidades, este tipo de factores son los que crean un entorno favorable y poder así conseguir un equilibrio entre ambos géneros en materia de representación y de influencia. Es así como la presencia de las mujeres es cada vez mayor en muchas instituciones y organizaciones, lo que se podría suponer una renovación de ideas, valores y modelos de comportamiento que resultan beneficiosos para la sociedad en general y sin duda alguna contribuirá a conseguir el objetivo propuesto (I.A.M. Departamento de Presidencia y Relaciones Institucionales, 2010).

2.9. Crecimiento Postraumático en contexto de desastres.

Desde sus orígenes el crecimiento postraumático ha sido concebido como aquellos beneficios personales e interpersonales, sin embargo, en el caso del trauma colectivo, y en culturas en donde se ven más los valores colectivistas, ejemplo de ello las de Guatemala,

Asia y en cierto punto España, el CPT también se puede percibir en el ámbito social. Aparte de los beneficios sociales que frecuentemente se perciben después de los desastres, en el tema de los eventos sociales traumáticos las sujetos también pueden llegar a apreciar un incremento de la conexión de su comunidad (Páez, Vázquez et al..., 2011).

Algunos estudios realizados muestran la frecuencia con que se da el Crecimiento Postraumático en las personas después de un desastre, ejemplo de ello se dio al evaluar 40 clérigos anglosajones, luego de haber pasado 16 meses después de arduas inundaciones que afectaron todas sus comunidades, como resultado se encontró que un 90% de los evaluados mostraron que sus relaciones con los demás había logrado un gran desarrollo y que actualmente eran capaces de poder afrontar nuevos desastres naturales (Echterling et al., 1992, citado en Spilka, Hood, Hursnberger y Gorsuch, 2003, p.239). De esta forma, el crecimiento postraumático colectivo se puede definir como aquellos beneficios que se perciben de una comunidad o sociedad o de la cultura misma, relacionados ante la reacción de trauma. En si es una noción de aprendizaje colectivo en donde se manifiestan los sentimientos, los valores, las creencias y por supuesto los comportamientos sociales (Páez, D., Vázquez, C., & Echeburúa, E. 2004).

Es así como para la evaluación de estos fenómenos se creó un cuestionario de crecimiento postraumático colectivo que fue elaborado por Páez, Reyes y Villagrán (2012), y que se puede aplicar en contextos de desastres naturales y también sociales. Por su parte, autores como Arenliu y Landsman, (2011) y Punamaki (2011) hacen énfasis en las relaciones de pertenencia y deber en las comunidades colectivas, como es el caso de Palestina donde el Crecimiento Postraumático se enmarca en las mejoras que se perciben de la comunidad en general.

En otras culturas donde son cuasi-colectivistas, como es el caso de la japonesa, se ha visto que incluso aquellos traumas que se dan de forma individual provocan de alguna manera un crecimiento colectivo o un aumento en las relaciones con la comunidad global y la humanidad (Taku, 2011). En Guatemala por ejemplo se halló que los sucesos violentos colectivos que ocurrieron no solo tienen un impacto particular y comunitario mayor que los eventos individuales, sino que además las personas que tuvieron que enfrentarse a esos sucesos violentos colectivos desarrollaron diferentes maneras de movilización y relaciones sociales (Páez, Vázquez et al., 2011).

Otros estudios, en donde el CPT ha sido trabajado fue en Israel, donde casi 3.000 jóvenes estuvieron arriesgados a diferentes niveles de violencia colectiva después de ocurridos los eventos traumáticos. Además del Crecimiento Postraumático interpersonal se evaluaron dos formas de crecimiento más colectivas: uno, el sentimiento reforzado de responsabilidad hacia la familia, los amigos y otro sentido de obligación hacia la comunidad y el país. Los adolescentes más expuestos a este tipo de violencia colectiva mostraban altos síntomas de TEPT, pero también indicaban mayor CPT, en particular el colectivo (Laufer, 2003).

En general, se puede decir que estos estudios indican que exponerse a la violencia colectiva puede ocasionar reacciones positivas de crecimiento colectivo, tales como reforzar la relación social y el compromiso con los valores socio-políticos de la comunidad, lo que a su vez puede funcionar como un escudo protector ante el impacto de esos sucesos traumáticos (Páez, D., Vázquez, C., & Echeburúa, E. 2004).

3. Pregunta Problema

Partiendo de lo mencionado, en esta investigación se pretende dar respuesta la siguiente pregunta problema

¿Cuál es la relación que existe entre las dimensiones de las estrategias de afrontamiento colectivo y el crecimiento postraumático en adolescentes damnificados por la ola invernal en el sur del departamento del atlántico?

4. Objetivos

4.1. Objetivo General

Establecer la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento colectivo y el crecimiento postraumático en adolescentes damnificados por la ola invernal.

4.2. Objetivos Específicos

- Correlacionar las dimensiones de las estrategias de afrontamiento colectivo y el crecimiento postraumático en los adolescentes damnificados por la ola invernal.
- Correlacionar las estrategias de afrontamiento colectivo y el crecimiento postraumático con las variables de edad y sexo en los adolescentes damnificados por la ola invernal.

5. Hipótesis

5.1. Hipótesis Nula

No existe relación entre las estrategias de afrontamiento colectivo y el crecimiento postraumático en adolescentes damnificados por la ola invernal.

5.2. Hipótesis Alternativa

Existe relación entre las estrategias de afrontamiento colectivo y el crecimiento postraumático en adolescentes damnificados por la ola invernal.

6. Definición de variables

6.1. Definición Conceptual

Estrategias de Afrontamiento Colectivo: al hablar de Afrontamiento, se habla de aquellas estrategias que tienen cada uno de los individuos para poder afrontar y manejar los estados estresantes o amenazantes. Lazarus y Folkman (1984) precisaron el Coping como comportamientos y pensamientos que los sujetos utilizan para operar las demandas internas y externas de las eventos valoradas como estresantes. Estos autores, en sus estudios identificaron dos clases generales de estrategias de afrontamiento: la primera va orientada a la resolución instrumental de problemas y la otra a la regulación emocional (Lazarus y Folkman, 1984). Este tipo de respuestas se forman en un ambiente emocional, siendo una de las primeras funciones la de reducir los efectos de las emociones negativas que de una u otra forma interfieran en las acciones instrumentales. Si llegase a surgir una resolución satisfactoria prevalecerán las emociones positivas, y si las soluciones llegasen a ser desfavorables o poco claras, prevalecerán las negativas.

Crecimiento Postraumático Colectivo: esta variable hace referencia a la obtención de beneficios o a mejorar tras la experiencia traumática vivida (Carver, 1998, O’Leary, 1998). Cabe anotar que la mayoría de los individuos que viven o presencian un suceso traumático no muestran sintomatología clínica significativa relacionada (Bonanno y George, 2004). Un porcentaje cerca al 80% de las personas afectadas por eventos traumáticos muestran

consecuencias positivas al tener una experiencia de este tipo (Calhoun y Tedeschi, 2006). Dentro de esas consecuencias positivas, el CPT se define como “la experiencia propia del sujeto de cambio psicológico positivo reportado por un sujeto como efecto de la lucha que comienza a partir de la vivencia de un evento traumático” (Calhoun y Tedeschi, 1999, p. 11). Es así como el CPT llega a ser la percepción de como ese tipo de experiencia traumática cambia a las personas y los conlleva a una situación incluso mejor que antes de ocurrir el desastre (Tedeschi y Calhoun, 2004). Por lo tanto, el CPT promovería cambios en tres tipos de categorías (Calhoun y Tedeschi, 1999, 2000; Tedeschi, Park y Calhoun, 1998): a) Cambios en uno mismo, b) Cambios en la relación con otros y c) Cambios en la espiritualidad y filosofía de la vida.

Damnificados: Son aquellos individuos que han sufrido un alto daño que se encuentra directamente relacionado a la catástrofe, a la pérdida parcial o en algunos casos total de bienes, ya sean cultivos, especies, inmuebles y también a la desaparición, lesión o pérdida total de los familiares u otros miembros del hogar, (United Nations, 2004). Otra definición es la de Cohen, (1989) citado en Zapardiel & Balanzat, (2009) en donde conceptualiza a los damnificados como: “las personas afectadas por un desastre y los efectos que experimentan un evento estresante e inesperado”. Muchos de esas personas afectadas han funcionado de buena forma antes de la catástrofe, sin embargo, su capacidad para resolver los problemas se ve limitada por la amenaza que la situación conlleva. A pesar de que los damnificados presentan síntomas de estrés físico o psicológico, no se les debe considerar como enfermos, ya que algunos son susceptibles, desarrollando reacciones físicas y psicológicas ante un desastre, entre ellos se encuentran aquellos que:

- 1) Están sensibles como efecto de las vivencias traumáticas previas.
- 2) Están vulnerables a causa de las enfermedades recientes.
- 3) Vivencia el estrés y graves pérdidas.
- 4) Pierden su medio de apoyo social y psicológico.
- 5) Carecen de habilidades para la resolución de problemas

Afectados: Todas las personas que lleguen a sufrir consecuencias indirectas o secundarias se les denomina afectados, es decir, son individuos diferentes a los damnificados que sufren de gran manera el impacto de las consecuencias en los desastres, se ven afectadas sus negocios, trabajo y casas (United Nations, 2004). Según la Red Unidos y El Dane (2011), los afectados son considerados como el grupo de personas que se enfrentan a secuelas secundarios en los desastres, no reciben de forma directa los daños producidos por situaciones inesperadas como las catástrofes naturales, el conflicto armado entre otros fenómenos de la naturaleza.

6.2. Definición Operacional

Estrategias de Afrontamiento Comunal (AC) de (Páez, Włodarczyk, Bosco, Reyes y Villagrán, 2012): Esta variable tiene una escala de 35 ítems que evalúa la frecuencia en la que ha sido utilizado el afrontamiento adaptativo, el cual se conforma de las siguientes dimensiones: Afrontamiento directo, Apoyo social de tipo instrumental, emocional o informacional y altruista, Búsqueda de información, Reevaluación positiva, Crecimiento post estrés, Distracción, Emociones adaptativas como humor, Respuestas fisiológicas, Autocontrol, Activación de emociones incompatibles, Confrontación, Expresión emocional y Rituales seculares y espirituales, por su parte las estrategias Inadaptativas trabaja con las siguientes dimensiones: Abandono psicológico, Aislamiento emocional, Autocrítica, Evitación cognitiva, Evitación-deseo de cambio mágico, Negación, Comparación social hacia abajo y hacia arriba, Inhibición, Descarga emocional y Supresión). El rango de respuestas varía de 0 (nunca) a 3 (siempre).

Crecimiento Postraumático Colectivo (CPTc) de (Páez, Reyes y Villagrán, 2012): A lo que concierne en esta variable tiene una escala de 24 ítems que evalúa el crecimiento post-traumático a partir de cambios que sin duda alguna provocan una situación traumática, como por ejemplo la catástrofe natural, esa situación se divide en tres niveles: Un nivel personal, uno interpersonal, otro la integración social y la participación sociopolítica. El rango de respuestas es de 1 (totalmente de acuerdo) a 5 (totalmente en desacuerdo).

Damnificados y Afectados: Para saber dentro de los adolescentes evaluados quienes eran afectados y quienes fueron damnificados, se incluyeron las preguntas dentro de la ficha de los datos sociodemográficos, donde la opción de respuesta era: Si o No.

VARIABLES	DIMENSIONES
Estrategias de Afrontamiento Comunal	<i>Directo</i>
	<i>Abandono psicológico</i>
	<i>Apoyo social instrumental</i>
	<i>Apoyo social emocional</i>
	<i>Apoyo social informacional</i>
	<i>Altruista</i>
	<i>Aislamiento social</i>
	<i>Búsqueda de información</i>
	<i>Reevaluación positiva</i>
	<i>Crecimiento post estrés</i>
	<i>Crecimiento post estrés</i>
	<i>Distracción</i>
	<i>Autocrítico</i>
	<i>Evitación cognitiva</i>
	<i>Evitación-deseo de cambio mágico</i>
	<i>Evitación-negación</i>
Estrategias de Afrontamiento Comunal	<i>Comparación social hacia abajo</i>
	<i>Comparación social hacia arriba</i>
	<i>Fisiológica pasiva</i>

	<i>Fisiológica activa</i>
	<i>Autocontrol</i>
	<i>Autocontrol</i>
	<i>Autocontrol-aceptación</i>
	<i>Humor activación de emociones incompatibles</i>
	<i>Afecto activación de emociones incompatibles</i>
	<i>Inhibición</i>
	<i>Expresión compartición social emociones</i>
	<i>Expresión compartición social emociones</i>
	<i>Venting o contagio emocional - descarga emocional</i>
	<i>Confrontación</i>
	<i>Supresión</i>
	<i>Rituales espirituales privados</i>
	<i>Rituales instrumentales públicos – seculares</i>
	<i>Rituales espirituales públicos</i>
	<i>Rituales expresivos y seculares</i>
Crecimiento Postraumático Colectivo	<i>Nivel Personal</i>
	<i>Nivel Interpersonal</i>
	<i>Integración Social</i>
	<i>Participación Sociopolítica</i>

7. CONTROL DE VARIABLES

7.1 Variables controladas en los sujetos

Qué	Cómo	Por qué
Condición de adolescentes damnificados, por la ola invernal.	Hubo verificación en las listas oficiales de damnificados, con el apoyo de las líderes comunitarias y el registro único de damnificados (Reunidos)	A través de este proceso se logró determinar cuáles de los adolescentes eran reconocidos legalmente como damnificados.
Edad	Adolescentes entre 13 y 18 años de edad.	Según la Ley de infancia y adolescencia "Ley No. 1098 - 8 de Noviembre de 2006" se reconocerá adolescente aquel que se encuentre entre los 12 y 18 años de edad.
Menores de edad	Consentimiento informado de los padres de los adolescentes.	Todos los adolescentes con los que se trabajó la mayoría eran menores de edad, así que se requería el permiso de sus padres antes de ser evaluados.

7.2 Variables controladas en el ambiente social y físico.

Qué	Cómo	Por qué
Vivir en los albergues, casas o escuelas ubicados en Manatí	Listado oficial con el número de las casas prefabricadas en los albergues y a nombre de la madre de la adolescente o de la adolescente misma cuando ya era mayor de edad.	Las adolescentes que aun viven en los albergues se encuentran ahí desde el primer día de la inundación, en cambio para aquellas que ya viven en sus casas porque no se les dañó y viven en el pueblo. Se colocó un tiempo mínimo de seis meses para así corroborar quienes habían dejado de ser damnificadas.

7.3. Variables controladas en el Investigador.

Qué	Cómo	Por qué
Capacitaciones por parte del tutor en la aplicación de los cuestionarios de Estrategias de Afrontamiento Comunal y Crecimiento Postraumático	Prueba piloto con los adolescentes entre 13 y 18 años de edad.	Aplicación de una prueba piloto con el objetivo de validar y corroborar la información previa.
Manejo de Software estadístico SPSS para el análisis de los datos obtenidos.	- SPSS (Software Estadístico).	El manejo y el buen dominio de este programa facilitan el tratamiento de los datos que se obtuvieron en la investigación.

7.4. Variables No Controladas

Qué	Por qué
El sexo, el nivel de escolaridad y la situación laboral	Debido a que se encuentran en una etapa de desarrollo y crecimiento, resultaba difícil evaluarlos por escolaridad, ya que muchos de ellos se encuentran en niveles diferentes, el sexo también fue indefinido, es decir, se tuvo en cuenta que estuvieran en el rango de 13 a 18 sin distinción de sexo. Debido a que en su mayoría no han cumplido la mayoría de edad, solo unos cuantos son los que ejercen algún trabajo informal, ya sea con sus padres o en el mismo pueblo.

8. METODOLOGÍA

8.1. Tipo de Investigación y diseño

La presente investigación se fundamenta en el paradigma hipotético-deductivo. Es una investigación cuantitativa, con un diseño descriptivo - correlacional, donde se podrán diferenciar las características de las variables de estudio para cada muestra. De acuerdo a Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2004), estos estudios de tipo correlacional intentan evaluar la relación que hay entre dos o más variables o categorías, que se ubican en un contenido particular. Las investigaciones que son cuantitativas correlacionales, comienzan del cálculo individual de cada variable y seguidamente, estudian y miden la correlación entre ellas. Esa correlación se expresa en la hipótesis que se sometió a prueba.

8.2. Sujetos

Este estudio se conformo por 160 adolescentes damnificados participantes en el municipio de Manati-Atlantico. Los adolescentes que participaron estaban en edades entre 13 y 18 años. La selección de cada adolescente se realizó en concordancia con el criterio de participación libre y voluntaria de los adolescentes reportados como damnificados por el Registro Único de Damnificados por la Emergencia Invernal (REUNIDOS, 2010-2011). De acuerdo a la Ley No. 1098 - 8 de Noviembre de 2006, se considera adolescente entre los 12 y 18 años de edad. Cabe anotar que la evaluación se efectuó previo consentimiento informado de cada uno de los padres de los jóvenes estudiados.

8.3. Instrumentos

Cuestionario de Afrontamiento Colectivo de Páez, D., Wlodarczyk, A., Bosco, S., Reyes, C., y Villagrán, L. (2012).

Los datos fueron recogidos mediante el cuestionario de Afrontamiento Colectivo de Páez y cols. La escala de 35 ítems mide la frecuencia en que se utiliza el afrontamiento adaptativo, dentro de ellas, se tienen las dimensiones de afrontamiento directo, apoyo social de tipo instrumental, emocional o informacional y altruista, búsqueda de información, reevaluación positiva, crecimiento post estrés, distracción, emociones adaptativas como humor, respuestas fisiológicas, autocontrol, activación de emociones incompatibles, confrontación, expresión emocional y rituales seculares y espirituales, en lo concerniente a las estrategias inadaptativas encontramos las dimensiones de abandono psicológico, aislamiento emocional, autocrítica, evitación cognitiva, evitación-deseo de cambio mágico, negación, comparación social hacia abajo y hacia arriba, inhibición, descarga emocional y supresión. Para cada uno de las respuestas el rango varía de 0 (nunca) a 3 (siempre).

Cuestionario de Crecimiento Postraumático de Páez, D., Reyes, C. y Villagrán, L. (2012).

Los datos fueron recogidos mediante el cuestionario de Crecimiento postraumático Comunal, se evaluó a los adolescentes con una escala de 24 ítems que mide el crecimiento post-traumático a partir de los cambios que son provocados en situaciones traumáticas, los tres niveles que se incluyeron en el estudio fueron: nivel personal, interpersonal, integración social y participación sociopolítica. Las respuestas iban de 1 (totalmente de acuerdo) a 5 (totalmente en desacuerdo).

Ficha Sociodemográfica.

En la recolección de los datos sociodemográficos, se tomaron informaciones necesarias como la edad, sexo, estado civil, situación laboral y nivel de estudio. Al mismo tiempo se indago a los adolescentes con preguntas como a donde se traslado cuando ocurrió lo sucedido, pudo retornar a la casa y también saber de quién se recibió más apoyo.

8.4. Procedimiento

Este proyecto de investigación trabajado con adolescentes se hizo posible siguiendo una serie de fases que implican:

FASE I: Revisión del estado del arte.

Se hizo una revisión de toda la bibliografía relacionada a la temática evaluada en la investigación, a partir de esto, se pudo definir la unidad de análisis. Continuo a esto, se procedió a la caracterización de la población que se escogió, en este caso hombres y mujeres adolescentes, y de igual forma se definió la muestra que se iba a intervenir. A partir de la información conseguida se dio inicio a la elaboración de un buen marco teórico.

FASE II. Recolección de Datos.

Se estudiaron las escalas validadas para uso en Colombia de Páez y cols, previa autorización del tutor de este proyecto de investigación, luego se aplicaron a una muestra total de 160 jóvenes entre hombres y mujeres, damnificados, afectados y no afectados por la ola invernal en el municipio de Manatí- Atlántico.

Para dar inicio a la aplicación de cada uno de los cuestionarios, se realizo una prueba piloto previa autorización y consentimiento informado de los padres de los adolescentes menores

de edad, esto con el objetivo de establecer el tiempo que se tomaba con cada adolescente (30 minutos, aprox.) que al final fue lo que se tomó la aplicación de las dos escalas. Se encontró que en su mayoría eran jóvenes que asistían a las escuelas y por lo tanto tenían conocimiento al momento de leer y comprender las preguntas que se les hicieron, sin embargo se procedió a la aplicación individual de cada uno de los cuestionarios, cabe anotar que la aplicación de esas escalas se hicieron en establecimientos escolares, para aquellos que se encontraban estudiando y en casas de aquellos jóvenes que por las circunstancias de la catástrofe no pudieron continuar.

En total fueron cerca de 15 sesiones (1 por día), en las que se pudo aplicar las escalas a 15 adolescentes aproximadamente, aprovechando su asistencia a las escuelas.

FASE III. Tabulación y Análisis de Resultados.

En esta fase de Tabulación y Análisis de Resultados, una vez que se recogió toda la Información, se procedió a su análisis mediante la aplicación del software estadístico SPSS/PC + versión 13.0 para Windows, el cual facilitó la correlación de las variables mencionadas.

Se analizaron y correlacionaron los datos de las dimensiones de las Estrategias de Afrontamiento Individual con la variable de Crecimiento Postraumático Comunal.

FASE IV. Elaboración de Informe.

De acuerdo a los resultados obtenidos en este estudio se procedió a la elaboración del informe final con el objetivo de entregarlo al comité evaluador.

9. ANÁLISIS DE RESULTADOS.

9.1. Características Sociodemográficas

La muestra quedo conformada por 160 jóvenes damnificados, del género femenino y masculino, todos del Municipio de Manatí, el 50,6% (n=81) se encuentra representado por Mujeres, mientras que el 49,4% (n=79) son Hombres. 80 de ellos sufrieron los estragos de la ola invernal, sin embargo ya se encuentran en sus casas y los otros 80 jóvenes evaluados se encuentran ubicados en el alojamiento temporal Mi Nuevo Amanecer. La participación tanto de los adolescentes hombres y las mujeres durante la etapa de acercamiento de la realidad responde a su interés y disposición para involucrarse en los procesos de mejorar sus estrategias de afrontamiento y mitigar su trauma después de ocurrida la ola invernal.

Los jóvenes evaluados se encontraron en edades comprendidas entre los 13 y 18 años de edad con una media de ($\mu=15,5$) años. En su mayoría los jóvenes mantienen su individualidad, siendo la soltería el estado civil más frecuente con un 96,3% (n=154), mientras la unión libre logro un 2,5% (n=4) entre tanto el 1,3% (n=2) de los jóvenes evaluados manifestó ser casado. (Ver Tabla II y IV).

En lo que respecta a el nivel de educación, la mayoría de los jóvenes evaluados expresó estar cursando estudios de media y bachillerato correspondiente al 76.9% (n=123), en contraste con el 1,3% (n=2) que indicó estar en Universidad. Por su parte el 18,1% (n=29) de los jóvenes manifestó estar cursando estudios en la básica. Finalmente, el 3,8% (n=6) de los jóvenes adelanta estudios técnicos o tecnológicos. (Ver Tabla III).

La mayoría de los adolescentes entre hombres y mujeres que participaron en este estudio 79,4% (n=127) manifestó estar en procesos académicos, siendo estudiantes aun, mientras que el 2,5 % (n= 4) se ocupan trabajando, por su parte el 16,9% (n=27) no estudian, pero tampoco trabajan, se encuentran en sus casas (Ver Tabla V). Del total de la muestra, el 100% (n=160) de los sujetos indicó haber nacido en Manatí.

Por su parte se evaluó la percepción de apoyo recibida por los jóvenes, se encontró que el 70,6% (n= 113) manifestaron haber recibido ayuda de varias instituciones públicas y privadas, seguido de los familiares con un 16,3% (n= 26) (Ver Tabla VI). En lo que a el cambio de la familia en general se refiere, el 77,5% (n= 124) de los jóvenes manifestaron que la catástrofe permitió unirlos más, frente al 22,5% (n= 36) que expresaron que la ola invernal los había separado. Por último se evaluó su experiencia acerca de donde se trasladaron los jóvenes después de la inundación en donde se encontró que el 30,6% (n= 49) de la población manifestaron haberse ido a vivir a Cambuches o Albergues.

9.2. Resultados Primer Objetivo Específico

Correlaciones entre las dimensiones de las estrategias de afrontamiento colectivo y el crecimiento postraumático en los adolescentes damnificados por la ola invernal.

Tabla 8. Correlación

	Estrategias de Afrontamiento Adaptativas	Estrategias de Afrontamiento Inadaptativas
Estrategias_Afro_Adaptativas	1	,687**
Estrategias_Afro_Inadaptativas	,687**	1

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Tabla 9. Correlaciones

	Nivel Personal_Interpersonal	Integración Social	Participación Política
Nivel_Personal_Interpersonal	1	,545**	,415**
Integracion_Social	,545**	1	,676**
Participacion_Politica	,415**	,676**	1

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Tabla 10. Correlaciones

	Nivel Personal_Interpersonal	Integración Social	Participación Política	Estrategias Afrontamiento Adaptativas	Estrategias Afrontamiento Inadaptativas
Nivel Personal_Interpersonal	1	,545**	,415**	,273**	,345**
Integracion_Social	,545**	1	,676**	,320**	,293**
Participacion_Politica	,415**	,676**	1	,407**	,356**

Estrategias					
Afrontamiento	,273**	,320**	,407**	1	,687**
Adaptativas					
Estrategias					
Afrontamiento	,345**	,293**	,356**	,687**	1
Inadaptativas					

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

En este primer objetivo, se inicia con el análisis de las correlaciones. Tal como se observa en la Tabla 10, existe una correlación significativa entre las dimensiones de las estrategias de Afrontamiento como las de Crecimiento Postraumático. Más específicamente entre la dimensión del Nivel Interpersonal y las Estrategias de Afrontamiento Adaptativas ($r = ,273$; $p < 0,01$), lo que significa que los adolescentes han sido capaces de poder enfrentar la catástrofe ocurrida, lo que les permite sentirse capaz de poder enfrentar otros hechos traumáticos, esto se relaciona positivamente con el hecho de que han realizado un esfuerzo por recuperarse después del evento y les ayudo a conseguir soluciones colectivas. Este resultado se apoya en la idea establecida por Pérez-Sales y Vázquez, (2003), quienes muestran que lo que cada ser humano crea se convierte en factores esenciales para la resistencia de cualquier evento catastrófico.

Es así como su condición de jóvenes les ha ayudado a encontrar soluciones rápidas a sus problemas, han logrado la posibilidad de aprender y seguir creciendo a partir de las experiencias vividas adversas, es decir, y apoyándose en los estudios de Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, (2001) muchos de los adolescentes que sobreviven a estos fenómenos encuentran un nuevo camino a través de los cuales han obtenido beneficios de su constante lucha en contra de esos cambios que el evento traumático les ha provocado en sus vidas (Tedeschi y Calhoun, 2000).

No obstante se observa una alta correlación entre la misma dimensión Nivel Personal y las dimensiones de las estrategias de Afrontamiento Inadaptativas ($r = ,345$; $p < 0,01$), es decir que a pesar de su gran iniciativa por lograr enfrentar de manera positiva los cambios, no encuentran un apoyo en su sociedad en general, es decir, a nivel colectivo, lo que les indica

tener que encontrar soluciones individuales y de igual manera salir adelante pese a no encontrar un apoyo comunal. Lo anterior se apoya en las investigaciones de Saakvitne, Tennen y Affleck, (1998) en donde a partir de su experiencia traumática personal y el tener que enfrentarse individualmente ha sido un aprendizaje y crecimiento para cada uno de ellos. A partir de estos resultados se rechaza la hipótesis nula sobre la correlación entre las dimensiones de las estrategias de Afrontamiento Comunal y las dimensiones del Crecimiento Postraumático.

En investigaciones realizadas sobre Crecimiento Postraumático han tenido como foco en delimitar cuales son las características de personalidad que de una u otra manera impiden o facilitan un buen desarrollo a partir de las experiencias catastróficas vividas, sin duda alguna la esperanza, el optimismo, el creer en Dios son características que ayudan a los adolescentes a su crecimiento y resistencia Calhoun y Tedeschi (1999; 2000).

La Integración Social es otra de las dimensiones del Crecimiento Postraumático, esta dimensión junto con las estrategias de Afrontamiento adaptativo se correlacionaron de manera positiva ($r = ,320$; $p < 0,01$), lo que significa que en su totalidad, los adolescentes guardan una apreciación hacia las relaciones que mantiene con los que los rodea, con su comunidad, lo que les permite a la vez encontrar soluciones rápidas a sus problemas gracias a las ayudas prestadas. Keyes, (1998, p. 122) soporta lo encontrado en esta investigación, en donde afirma que aquellas personas en especial los jóvenes que tienen altos niveles de integración, llegan a ser unas personas sanas y se sienten que hacen parte de una comunidad gracias al apoyo percibido, guardan además buenos vínculos sociales con sus amigos, familiares y vecinos.

Diversas investigaciones muestran como el 80% de los individuos obtienen algún aspecto de manera positiva dentro de la experiencia de pérdida vivida (Davis, Nolen-Hoeksema & Larson, 1998; Calhaun & Tedeschi, 1990; y Tennen & Affleck, 1999).

Otro de los hallazgos en esta investigación se ve reflejado en la correlación positiva y significativa que hay entre las estrategias Inadaptativas con la Integración Social ($r = ,293$; $p < 0,01$). Lo que nos muestra un alto índice de adolescentes que a pesar de encontrar poca resolución colectiva, encuentran la capacidad de poder sembrar sentimientos de pertenencia

y obtienen la habilidad de resolver los inconvenientes que se les presente de manera individual. De acuerdo a esto, un estudio retrospectivo que se realizó con 36 supervivientes de una catástrofe petrolífera, se mostro que el 61% de los jóvenes evaluados percibían algún tipo de beneficio resultante de su traumática experiencia, como muestra de mejora en sus relaciones personales, su crecimiento emocional y el desarrollo de su pensamiento cognitivo (Hull, Alexander y Klein, 2002).

De acuerdo a Park (1998). Todos los jóvenes y en general las personas adultas que viven la experiencia de un crecimiento postraumático, también suelen experimentar algunas emociones negativas y de estrés. Este autor en sus estudios apoya la correlación significativa y positiva encontrada entre la dimensión del crecimiento que es la Participación Sociopolítica y el Afrontamiento Adaptativo ($r = ,407$; $p < 0,01$). Lo que indica que muchas de las decisiones que son tomadas en la comunidad donde viven se utilizan de forma eficaz y ayudan a tener un entorno favorable, a mayor capacidad de recuperarse después del hecho ocurrido, mayor participación beneficiosa se tendrá para la sociedad y además contribuye a lograr el objetivo propuesto. Otro de los resultados nos muestra una correlación significativa entre esa Participación Sociopolítica y las Estrategias Inadaptativas ($r = ,356$; $p < 0,01$). Lo que significa que a pesar de luchar de forma individual pese a las circunstancias, encontrara al final personas que brinden su apoyo de diferentes formas, personas que participan y dan respuestas a nuevos caminos, suele a veces suceder que en muchos casos, con la ausencia de las emociones negativas el crecimiento postraumático no se da (Calhoun y Tedeschi, 1999), es decir, que el tener la experiencia de crecimiento no significa que se valla el dolor y el sufrimiento, de hecho muchas veces suelen coexistir (Park, 1998, Calhoun y Tedeschi, 2000). En este orden de ideas cabe anotar y resaltar que el crecimiento postraumático se debe entender siempre como un constructo multidimensional, es decir, el sujeto mismo puede experimentar cambios de forma positiva en determinadas etapas de su vida y puede experimentar cambios negativos en otras fases (Calhoun, Cann, Tedeschi y McMillan, 1998). Es así como para muchos individuos el hablar de crecimiento después de eventos traumáticos suele ser poco aceptable, sin embargo su condición de adolescentes que se encuentran en una etapa de desarrollo los lleva a la lucha por la supervivencia y por lograr sus sueños ya que generan y tienen el

mecanismo de adaptarse a circunstancias ingratas, es decir, donde puedan ganar y también perder (Saakvitne et al., 1998).

9.3. Resultados Segundo Objetivo Específico

Correlaciones entre las estrategias de afrontamiento colectivo y el crecimiento postraumático con las variables de edad y sexo en los adolescentes damnificados por la ola invernal.

Correlaciones

	Edad	Nivel Personal_Interpersonal	Integración Social	Participación Política
Edad	1	-0,139	-0,108	-,183*
Nivel Personal_Interpersonal	- 0,139	1	,545**	,415**
Integración Social	- 0,108	,545**	1	,676**
Participación Política	- ,183*	,415**	,676**	1

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

**. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Estadísticos-Edad

Edad	f	%
13	30	18,8
14	27	16,9
15	27	16,9

16	23	14,4			
17	30	18,8	Sexo		
18	23	14,4			
<hr/> <hr/>			<i>f</i>	%	
			Masculino	79	49,4
			Femenino	81	50,6

En este segundo objetivo se correlacionaron las variables edad y sexo con las dimensiones de las estrategias de afrontamiento. En lo que concierne al sexo, es una variable nominal por lo que no fue posible su correlación con el resto de las variables, sin embargo se obtuvo las frecuencias y con esos resultados se hizo un análisis estadístico. En lo referente a el afrontamiento, los resultados muestran una correlación negativa entre edad y estrategias adaptivas ($r = -0,011$; $p > 0,05$). Lo que indica que los adolescentes evaluados de mayor edad utilizan las estrategias dirigidas a la recuperación pronta después de ocurrido el desastre y prefieren distraerse. Por el contrario, hacen un menor uso de las estrategias dirigidas a dificultar las soluciones colectivas y reducir la tensiones es decir, a las inadaptativas ($r = -0,036$; $p > 0,05$). Lo encontrado en esta investigación se soporta con los hallazgos de Erica Frydenberg (1997) según la cual, al comienzo de la adolescencia, las transformaciones que se producen en el plano académico y social, se perciben como oportunidades y desafíos y se llegan a afrontar con gran esperanza y optimismo. Sin embargo en la medida que se avanza en la adolescencia, la mayoría de las expectativas que se tenían se ven un poco truncadas y el optimismo que se tenía al comienzo se ve suplantado por un enfoque más pesimista.

Por su parte, al correlacionar las estrategias de afrontamiento con hombres y mujeres ($r = -0,006$; $p < 0,01$), se encontró que las chicas tienden a buscar apoyo en el resto de las personas para buscarle solución a sus problemas y los chicos son casi siempre despreocupados y son ellos mismos quienes siempre intentan resolver sus inconvenientes por sí mismos.

Correlaciones					
	Sexo	Edad	Nivel Personal_Int erpersonal	Integracion Social	Participacion Politica
Sexo	1	-0,135	0,146	0,107	0,116
Edad	-0,135	1	-0,139	-0,108	-,183*
Nivel Personal_Interperso	0,146	-0,139	1	,545**	,415**
Integracion Social	0,107	-0,108	,545**	1	,676**
Participacion	0,116	-,183*	,415**	,676**	1

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

**. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Haciendo un análisis bien profundo sobre lo que es el Crecimiento Postraumático, se llega a pensar que la adversidad puede en muchas ocasiones no solo traer consecuencias traumáticas a los adolescentes, sino que provoca en ellos procesos cognitivos de adaptación que tiene como resultado un cambio en la forma de verse la persona misma, el resto del mundo, y además se produce la convicción de que se es mejor que antes de la catástrofe. Los datos de esta estudio arrojaron correlaciones negativas entre la variable Edad y la dimensión de crecimiento del nivel personal ($r = -0,139$; $p < 0,05$), lo que indica que a mayor capacidad de confiar en que se puede afrontar un desastre, menor la edad, de igual forma la variable edad junto con integración social se correlacionaron de forma negativa ($r = -0,108$; $p < 0,05$) lo que significa que cuando están en el inicio de la adolescencia, mayor es su capacidad para sentirse parte de una sociedad. En lo que respecta a la participación sociopolítica, se encontró una correlación positiva con el sexo masculino ($r = 0,116$; $p < 0,01$) y una correlación negativa con la edad ($r = -,183$; $p < 0,01$). Lo que indica que a menor participación política, más cerca del fin de la adolescencia se encuentra, sin embargo autores como Calhoun y Tedeschi afirman que el crecimiento postraumático guarda un lugar tiene un lugar más predominante en la cognición que desde la emoción (Calhoun y Tedeschi, 2001).

En este orden de ideas, Calhoun y Tedeschi (2001), en sus estudios propusieron que el crecimiento postraumático que normalmente experimentan las personas después de afrontar un suceso adverso, se divide en tres categorías que son las estudiadas, una el cambio en uno mismo, otra, los cambios en las relaciones interpersonales y por último los cambios en la espiritualidad y en la filosofía de vida.

Según Calhoun y Tedeschi (citados en Acero, 2008) han encontrado acerca de los cambios a nivel personal que son muchas las personas que han encontrado un buen fortalecimiento de sus redes sociales gracias a la vivencia de una experiencia traumática, incluso y de manera muy particular, las familias y parejas que han experimentado estas situaciones, resaltan que al final se sienten más unidas que antes del evento.

10. CONCLUSIONES

El presente proyecto de investigación estableció la correlación que existe entre las Estrategias de afrontamiento colectivo y el Crecimiento Postraumático Colectivo en adolescentes entre 13 y 18 años de edad damnificados por la ola invernal ocurrida en Colombia en el año 2010.

A partir de los resultados, se puede decir que las experiencias traumáticas que los adolescentes damnificados han tenido producto de las inundaciones que se vivieron en Colombia, mas puntualmente en el Sur del Atlántico, las experiencias traumáticas que vivieron les han dejado grandes secuelas que sin duda alguna trascienden a nivel de su familia, sus padres, hermanos, amigos, al ámbito físico y afectan también su crecimiento.

Todas estas variables, han ido afectando la capacidad de cada uno de los adolescentes para iniciar relaciones de empatía y poder confiar en los otros. La historia de pérdidas materiales, de sus casas, de la escasez de comida y la dificultad para ir a las escuelas vividas por los adolescentes, hace que haya una ruptura en su sistema de creencias, sin embargo eso no les ha impedido establecer nuevas relaciones en los albergues donde han llegado. Aun así, existen creencias negativas que afectan la aceptación que los adolescentes damnificados puedan sentir hacia las demás personas, debido a la desconfianza que pueda generarle las acciones de los demás.

El trauma vivido aparece poco vinculado a tener una percepción negativa de sus características personales, ya que a través de eso se sienten muy capaces de enfrentar sintiéndose poco capaces de enfrentarse a las dificultades o exigencias del medio, ganando un poco de interés por continuar desarrollando sus potencialidades.

Sus estrategias de afrontamiento están relacionadas con el crecimiento postraumático, es decir que entre mayor sea su capacidad para afrontar el problema pese a las circunstancias, mayor es la probabilidad de que reciba ayuda comunal por parte de la sociedad que los rodea.

Por otra parte se resalta la capacidad de afrontar dependiendo al género, las chicas necesitan siempre de ayuda para afrontar los problemas y sentirse segura con los demás, sin embargo los chicos tienen mayor capacidad de afrontamiento, al sentirse despreocupados después del evento y no necesitar ayuda de otros. Cabe anotar que su situación de adolescentes los beneficia en su capacidad para soportar las adversidades, ya que ven los desastres como una oportunidad para cambiar el rumbo de sus vidas y renovar sus ideales.

Es así como a partir de todo lo anterior, se puede decir que este estudio trabajado con los adolescentes damnificados da un aporte valioso a los grupos de investigaciones e instituciones no gubernamentales en Colombia y porque no a nivel mundial. Por otro lado, los resultados conseguidos en esta investigación pueden llegar a ser un valioso insumo para crear programas de intervención, que muestren como los aspectos positivos se transforman en elementos muy fundamentales en el momento de tener que superar estas vivencias. Sin duda alguna lo que se encuentra más afectado en el plano social de estos adolescentes es su continuidad en la educación, por lo que se sugiere fortalecer e incrementar programas de intervención a través de dinámicas escolares.

Del mismo modo se es imprescindible ayudarlos a crear metas a largo plazo y replantearse sus objetivos nuevamente, ya que la experiencia que han vivido, los ha llevado a resolver solo las necesidades de lo que viven diariamente, cayendo en una rutina sin planear su futuro.

BIBLIOGRAFÍA

- Acero, P.D. Del dolor a la esperanza. Bogotá: Editorial San Pablo. 2008.
- Affleck, G. y Tennen, H. (1996). Construing benefits from adversity: Adaptational significance and dispositional underpinning. *Journal of Personality*, 64, 899-922.
- Alarcón, A (2006) Comportamiento dinámico de depósitos aluviales en Colombia. *Revista Internacional de Desastres Naturales, Accidentes e Infraestructura Civil*, Vol. 6, No 2.
- Barakat, L. P., Alderfer, M. A., & Kazak, A. E. (2006). Posttraumatic growth in adolescent survivors of cancer and their mothers and fathers. *Journal of Pediatric Psychology*, 31, 413-419.
- Basher, R. (2007) Afrontar los desastres Naturales, Cambio Climático y desplazamiento. *RMF* 31.
- Blount, R. L., Davis, N., Powers, S. W., & Roberts, M. C. (1991). The influence of environmental factors and coping style on children's coping and distress. *Clinical Psychology Review*, 11, 93-116.
- Bödvarsdóttir, I & Elklit, A. (2004). Psychological reactions in Icelandic earthquake survivors. *Scandinavian Journal of Psychology*, 2004, 45, 3-13.
- Bonanno, G., Galea, S., Bucciarelli, A. & Vlahov, D. (2006). Psychological resilience after disaster. *Psychological Science*, 17(3), 181-186.
- Bonnano, G.A., Brewin, C.R., Kaniasty, K. y La Greca, A. (2010). Weighing the Cost of Disaster: Consequences, Risks, and resilience in Individuals, Families and Communities, *Psychological Science*, 1-49.
- Bosco, S. (2011). *Maneras colectivas de enfrentar problemas: ¿Mejor muchos que uno?* Facultad de Psicología de la Universidad del País Vasco. Tesis de Máster no publicada.
- Butler, L. D., Blasey, C. M., Garlan, R. W., McCaslin, S. E., Azarow, J., Chen, X., Spiegel, D. (2005). Posttraumatic growth following the terrorist attacks of September 11, 2001: Cognitive, coping, and trauma symptom predictors in an Internet convenience sample. *Traumatology*, 11, 247-267.

- Calhoun, L.G., & Tedeschi, R.G. (2006). The foundations of posttraumatic growth: An overview. In authors, *Facilitating Posttraumatic Growth: A Clinicians Guide*. Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah: New York.
- Calhoun, L. G; Tedeschi, R.G. (2001). Posttraumatic growth: The positive lesson of loss. En Neimeyer, R.A. *Meaning construction and the experience of loss*, Washington, D.C. APA.
- Calhoun, L.G.. y Tedeschi, R.G. (2000). Early Posttraumatic Interventions: Facilitating Possibilities for Growth. En J.M. Violanti, D. Patton, y D. Dunning (Eds.), *Posttraumatic Stress Intervention: Challenges, Issues and Perspectives*. Springfield, IL: C. C. Thomas.
- Calhoun, L. G y Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating Post-traumatic Growth: A Clinician's Guide*. Mahwah, N. J.: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Calhoun, L.G., Cann, A., Tedeschi, R.G. y McMillan, J. (1998). Traumatic events and generational differences in assumptions about a just world. *Journal of Social Psychology*, 138, 789-791.
- Calhaun, L.G., y Tedeschi, R.G. (1990). Positive aspects of critical life problems: Recollections of grief. *Omega: Journal of Death and Dying*, 20, 265-272.
- Campos, M., et al. (2004). Afrontamiento y regulación emocional de hechos estresantes. Un meta-análisis de 13 estudios. *Boletín de Psicología*, 82, 25-44.
- Campos, M.; Páez, D.; Velasco, C. (2004). Afrontamiento y regulación emocional de hechos traumáticos: Un estudio longitudinal sobre el 11-M. *Ansiedad y Estrés*, 10 (2-3), 277-286.
- Canessa, B. (2000). Adaptacion psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Persona, Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad de Lima*, 5, 191-233.
- Carver, C.S. (1998). Generalization, adverse events, and development of depressive symptoms. *Journal of Personality*, 66, 607-619.
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H., Valdez, N. (2003). Estrés y Afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la PUCP*, XXI (2), 364-392.

- Castro, A. (2000). Estilos de personalidad, objetivos de vida y satisfacción vital. Un estudio comparativo con adolescentes argentinos. Tesis Doctoral inédita. Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Psicología.
- Casullo, M. & Fernández, M. (2001). Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes. *Revista del Instituto de Investigaciones*. Buenos Aires, Facultad de Psicología, 6, (1), 25-49.
- Cohen, L. H., Hetter, T. R., & Pane, N. (1998). Assessment of posttraumatic growth. In R. G. Tedeschi, C. L. Park, & L. G. Calhoun (Eds.), *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis* (pp. 23–42). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Collins, R. L., Taylor, S. E., & Skokan, L. A. (1990). A better world or a shattered vision? Changes in life perspectives following victimization. *Social cognition*, 8, 263-285.
- Crocq, L., Doutheau, C. y Sailhan, M. (1987). Les reactions emotionnelles dans les catastrophes. *Encyclopedie Medico Chirurgicale-Psychiatrie*, 37113 D, 2-8.
- Dane, (2011). Departamento Administrativo Nacional de Estadística. Dirección de Difusión, Mercadeo y Cultura Estadística.
- Davis, C.G., Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (1998). Making sense of loss and benefiting from the experience: Two construals of meaning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 561-574.
- Delumeau, J. (1993). *La peur en Occident*. Paris: Fayard.
- Díaz, R. (1998). Archipiélago de rituales: teorías antropológicas del ritual, (p. 108). Barcelona: Anthropos.
- Durkheim, E. (1912/1982). *Las formas elementales de la vida religiosa*. Madrid: Akal.
- Durkin, N., Khan, M., Davidson, L., Zaman, S., & Stein, Z. (1993). The effects of natural disaster on child behavior: Evidence for posttraumatic stress. *American Journal of Public Health*, 83 (11), 1549-1553.
- Escobar, J. I., Canino, G., Rubio-Stipec, M. & Bravo, M. (1992). Somatic symptoms after a natural disaster: A prospective study. *American Journal of Psychiatry*, 149, 965–967.
- Fairbank, J. A.; Hansen, D. J.; Fitterling, J. M. (1991). Pattern of appraisal and coping across different stressor conditions among former prisoners of war with and without

- Posttraumatic Stress Disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59, 274–281.
- Fernández, I., Martín Beristáin, C., & Páez, D. (1999). Emociones y conductas colectivas en catástrofes: ansiedad y rumor y conductas de pánico. In J. Apalategui (Ed.), *La anticipación de la Sociedad. Psicología Social de los movimientos sociales*. (p.p. 281-342). Valencia: Promolibro.
- Fiske, S. T. (2004). *Social beings: A core motives approach to social psychology*. New York: Wiley.
- Frydenberg, E. (1997). *Adolescent coping: Theoretical and research perspectives*. Londres: Routledge.
- Gasparre, A., Bosco, S. y Bellelli, G. (2010). Cognitive and social consequences of participations in social rites: collective coping, social support and posttraumatic growth in Guatemala Genocide's victims. *Revista de Psicología Social*, 25, 35-46.
- Halsted, M., Bennett, S. & Cunningham, W. (1993). Measuring Coping in Adolescents: An Application of the Ways of Coping Checklist. *Journal of Clinical Child Psychology*, 22(3) 337-344.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2004). *Metodología de la investigación*. Chile: Mc Graw Hill.
- Hodgkinson, P.E. y Stewart, M. (1991). *Coping with catastrophe. A handbook of disaster management*. London: Routledge.
- Hull, A.M., Alexander, D.A. y Klein, S. (2002). Survivors of the Piper Alpha platform disaster: long-term follow-up study. *British Journal of Psychiatry*, 181, 433-438.
- I.A.M. (Departamento de Presidencia y Relaciones Institucionales). 2010.
- Ickovics, J. R., Meade, C. S., Kershaw, T. S., Milan, S., Lewis, J. B., & Ethier, K. A. (2006) Urban teens: Trauma, posttraumatic growth, and the emotional distress among female adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74, 841-851.
- Jackson, C.A. (2007). Posttraumatic Growth: ¿Is there evidence for changing our practice?. *The Australasian Journal Of Disaster and Trauma Studies*. Vol 1.
- Janoff-Bulman, R. (2006). Posttraumatic growth and other outcomes of major loss in the context of complex family lives. In L.G. Calhoun & R.G. Tedeschi (Eds.), *The handbook of posttraumatic growth: Research and practice* (pp 81–99). London: Lawrence Erlbaum.

- J. J. López-Ibor. (2004). *Que son desastres y catástrofes?* Departamento de Psiquiatria y Psicologia Medica. Universidad Complutense. Madrid.
- Joseph, S., Knibbs, J., & Hobbs, J. (2007). Trauma, resilience and growth in children and adolescents. In A.A. Hosin (Ed.), *Responses to traumatized children* (pp. 148–161). Houndmills: Palgrave Macmillan.
- Joseph, S., Williams, R., & Yule, W. (1993). Changes in outlook following disaster: The preliminary development of a measure to assess positive and negative responses. *Journal of Traumatic Stress*, 6, 271-279.
- Kahn, M. (2005). The death toll from natural disasters: the role of income, geography, and institutions, *Review of Economics and Statistics*, vol. 87(2), pp. 271–84.
- Karanci, A. N. & Rüstemli, A. (1995). Psychological consequences of the 1992 Erzican (Turkey) earthquake. *Disasters*, 19, 8–18.
- Kawachi I, Subramanian SV. (2006) Measuring and modeling the social and geographic context of trauma: a multilevel modeling approach. *J Trauma Stress*; 19: 195203.
- Keyes, C. (1998). Social Well-Being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), pp. 121-140.
- Kiliç, C., & Ulusoy, M., 2003. Psychological effects of the November 1999 earthquake in Turkey: an epidemiological study. *Acta Psy-chiatrica Scandinavica* 108, 232–238.
- Krzemien, D., Urquijo, S., & Monchietti, A., 2004. Aprendizaje Social y estrategias de afrontamiento a los sucesos críticos del envejecimiento femenino. Universidad Nacional de Mar del Plata. Argentina. *Psicothema* 2004. Vol. 16, nº 3, pp. 350-356.
- Langrock, A. M., Compas, B. E., Keller, G., Merchant, M. J., & Copeland, M. E. (2002). Coping with the stress of parental depression: Parents' reports of children's coping, emotional, and behavioral problems. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 31, 312-324.
- Larry, N. (2008). A Resiliency Profile of Hurricane Katrina Adolescents. *Canadian Journal of School Psychology*; Jun 2008; 23, 1; ProQuest, Pg. 57.
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca (orig. 1984).
- Lazarus, R. S. y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Lima, M.L. (1990). Controlar o incontrolel: esquemas cognitivos de adaptação ao risco sísmico. *Revista Psicologia Social*, 5, 171-184.

- Malinak, D. P., Hoyt, M. F., & Patterson, V. (1979). Adults' reactions to the death of a parent. *American Journal of Psychiatry*, 136, 1152-1156.
- Manciaux, M., Vanistendael, S., Lecomte, J. y Cyrulnik, B. (2001). La resiliencia: estado de la cuestión. En M. Manciaux (Ed.), *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Madrid.
- Marskey, X. (1993). *Los desastres no son naturales*. Colombia: T. Mundo.
- Martinez, P. y Morote, R. (2001). Preocupaciones de adolescentes de Lima y sus estilos de afrontamiento. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(2), 212-236.
- Martín, C. (1999). *Reconstruir el tejido social. Un enfoque critico de la ayuda comunitaria*. Barcelona. Icaria Editorial.
- Milam, J. E., Ritt-Olson, A., Tan, S., Unger, J. B., & Nezami, E. (2005). The September 11th 2001 terrorist attacks and reports of posttraumatic growth among a multi-ethnic sample of adolescents. *Traumatology*, 11, 233-246.
- Milam, J. E., Ritt-Olson, A., & Unger, J. B. (2004). Posttraumatic growth among adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 19, 192-204.
- Naciones Unidas. (2009) *Terminología sobre Reducción del Riesgo de Desastres. Estrategia Internacional para la Reducción de Desastres de las Naciones Unidas*. Ginebra.
- Nils, F. (2003). *Le partage social des emotions: déterminants interpersonnels de l'efficacité de la communication des épisodes émotionnels*. Tesis doctoral. Facultad de Psicología. Universidad de Lovaina.
- Norris, F., Perilla, J., Riad, J., Kaniasty, K., & Lavizzo, E. (1999). Stability and change in stress, resources, and psychological distress following natural disaster: Findings from Hurricane Andrew. *Journal of Anxiety, Stress and Coping*, 12, 363-369.
- Obiols, G. A. & Obiols, S. (2000). *Adolescencia, posmodernidad y escuela secundaria*. Buenos Aires: Kapelusz Editora S.A.
- ODHAG, Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala: *Informe Proyecto Inter Diocesano de Recuperación de la Memoria Histórica* (1998). Guatemala: Nunca Más. Vol. I, II y III. *Impactos de la Violencia*. Tibás, Costa Rica: LIL/Arzobispado de Guatemala.
- O'Leary, V.E. (1998). Strength in the face of adversity: individual and social thriving. *Journal of Social Issues*, 54(2):425-445.

Organización Mundial de la Salud (2010).

Ovejero, A. (1997). *El individuo en la masa: Psicología del comportamiento colectivo*. Oviedo: Nobel.

Páez, Włodarczyk, Bosco, Reyes & Villagran. (2012) *Estrategias de Afrontamiento Colectivo*.

Páez, D., Basabe, N., Bosco, S., Campos, M. y Ubillos, S. (2011). Afrontamiento y Violencia Colectiva. En D. Páez, C. Martín Beristain, J.L. González, N. Basabe y J. de Rivera (Eds). *Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz*. (p.279-309). Madrid: Editorial Fundamentos.

Páez, D., Basabe, N., Bosco, S., Campos, M. y Ubillos, S. (2011). Afrontamiento y Violencia Colectiva. En D. Páez, C. Martín Beristain, J.L. González, N. Basabe y J. de Rivera (Eds). *Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz*. (p.279-309). Madrid: Editorial Fundamentos.

Páez, D. y Mendiburo, A. (2011). Salud Mental y Catástrofes: el caso de los 33 mineros sepultados en Chile. *Norte de Salud Mental*, IX, 56-70.

Páez, D., Basabe, N. y Rimé, B. (2005): Procesos y efectos psicosociales de los rituales políticos el 11-M. *Revista de Psicología Social*, 20, 3, 369-385.

Páez, D., Vázquez, C., & Echeburúa, E. (2004). *Trauma Social, Afrontamiento Comunitario y Crecimiento Postraumático Colectivo*. Universidad del País Vasco, UFI. *Psicología del Siglo XX*.

Páez, D., Włodarczyk, A., Bosco, S., Reyes, C., y Villagrán, L. (2012). *Escala de afrontamiento comunal*. Manuscrito sin publicar. Facultad de Psicología, Universidad del País Vasco.

Páez, D., Reyes, C. y Villagrán, L. (2012). *Evaluación del Crecimiento Postraumático Colectivo en víctimas de catástrofes humanitarias*. Manuscrito. Facultad de Psicología, Universidad del País Vasco.

Park, S. S. (2006). *Exposure to community violence and aggressive beliefs in adolescents: Role of posttraumatic growth and developmental resources*. Ph.D. dissertation, Fuller Theological Seminary, School of Psychology, United States -- California. Retrieved December 23, 2009, from Dissertations & Theses: A&I. (Publication No. AAT 3209664).

- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1998). Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of Personality*, 64, 71–105.
- Peñaherrera, E. (1998). Comportamiento de riesgo adolescente: Una aproximación psicosocial. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica (Lima)*, 16: 265-293. 1998.
- Pérez-Sales, P. y Vázquez, C. (2003). Emociones positivas, trauma y resistencia. *Ansiedad y Estrés*, 9(2-3), 235-254.
- Polatinsky, S., & Esprey, Y. (2000). An assessment of gender differences in perception of benefit resulting from the loss of a child. *Journal of Traumatic Stress*, 13, 709-718.
- Poseck, B., Baquero, B., Jiménez, M. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: Resiliencia y crecimiento postraumático. *Papeles del Psicólogo*, 2006. Vol. 27(1), pp. 40-49.
- Quarantelli, E. (1976). Human response in stress situation. Colombia: D.R.S.
- Rimé, B. (2012). La compartición social de las emociones. Bilbao: Deusto de Brouwer.
- Saakvitne, K.W., Tennen, H. y Affleck, G. (1998). Exploring thriving of clinical trauma theory: constructivist self development theory. *Journal of Social Issues*, 54(2):279-299.
- Salter, E. & Stallard, P. (2004). Posttraumatic growth in child survivors of a road traffic accident. *Journal of Traumatic Stress*, 17, 335-340.
- Sandín, B. (1995). El estrés. En A. Belloch, B. Sandín y F. Ramos (Eds.). *Manual de psicopatología*, Vol. 2 (pp. 3-52). Madrid: McGraw-Hill.
- Schuster, M. A., et al. (2001). A national survey of stress reactions after the September 11, 2001 Terrorist Attacks. *New England Journal of Medicine*, 345 (20), 1.507-1.512.
- Silver, R. C., et al. (2002). Nation wide longitudinal study of psychological responses to September 11. *Journal of American Medical Association*, 288 (10), 1.235-1.244.
- Smith, M. J., Hockemeyer, J., Anderson, C., Strandberg, K., Koch, M., & O'Neill, K.H., et al. (2002). Structured writing about a natural disaster buffers the effect of intrusive thoughts on negative affect and physical symptoms. *The Australasian Journal of Disaster and Trauma Studies*, 1, 1174-4707.

- Solis, C & Vidal, A. (2006). Estilos y Estrategias de Afrontamiento en Adolescentes. *Revista de Psiquiatria y Salud Mental Hermilio Valdizan*. Vol VII # 1 Enero-Junio 2006, pp 33-39.
- Solomon, G., Segerstrom, S., Grohr, P., Kemeny, M., & Fahey, J. (1997). Shaking up immunity: Psychological and immunologic changes after a natural disaster. *Psychosomatic Medicine*, 59 (2), 114-127.
- Taylor, S. (1999). Malingering and litigation stress in motor vehicle accident victims. En E. J. Hickling, & E. B. Blanchard (Eds.), *The international handbook of road traffic accidents and psychological trauma: Current understanding, treatment, and law* (pp.257-270). New York: Elsevier.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1–18.
- Tedeschi, R.G. y Calhoun, L.G. (2000). Posttraumatic growth: A new focus in psycho traumatology. *Psy-talk, Newsletter of the British Psychological Society Student Members Group*.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Tedeschi, R.G., Park, C.L., & Calhoun L.G. (1998). Posttraumatic growth; Conceptual issues. In R.G. Tedeschi, C.L. Park, & L.G. Calhoun (Eds.), *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis* (pp. 1-22). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers
- Thayer, R. E. (1998). *The origin of everyday moods. Managing Energy, Tension and Stress*. Nueva York: Oxford University Press.
- Tennen, H., y Affleck, G. (1999). Finding benefits in adversity. En C.R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works* (pp. 279-304). New York: Oxford University Press.
- Tennen, H. & Affleck, G. (1990). Blaming others for threatening events. *Psychological Bulletin*, 108, 209–232.
- Toukmanian, S. G., Jadaa, D. & Lawless, D. (2000). A cross-cultural study of depression in the aftermath of a natural disaster. *Anxiety, Stress and Coping*, 13, 289–307.

- United Nations, Inter-Agency Secretariat of the International Strategy for Disaster Reduction. Living with the risk: a global review of disaster reduction initiatives. Geneva: UN/ISDR; 2004.
- Vera Poseck, B., Carbelo B. B., B y Vecina J., M.L. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático Papeles del Psicólogo, Vol. 27(1), pp. 40-49.
- Wayment, H. (2004). It could have been me: Vicarious victims and disaster-focused distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 515-528.
- Wolchik, S. A., Coxe, S., Tein, J. Y., Sandler, I. N., & Ayers, T. S. (2008). Six-year longitudinal predictors of porttraumatic growth in parentally bereaved adolescents and young adults. *Omega: Journal of Death and Dying*, 58, 107-128.
- Yule, W., Bolton, D., Udwin, O., Boyle, S., Ryan, D., & Nurrish, J. (2000). The long-term psychological effects of a disaster experienced in adolescence: The incidence and course of PTSD. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Dsiciplines*, 41, 503-511.
- ZAPARDIEL FERNANDEZ, A. y BALANZAT ALONSO, S. (2009): “Manual de intervención psicológica y social en víctimas de terrorismo: 11-M”. Asociación de Ayuda a las Víctimas del 11M. Madrid. Consultado en línea [22/03/2012]: http://www.ayuda11m.org/files/manual_intervencion.pdf
- Zoellner, T. & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology: A critical review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology Review*, 26 (5), 626-653.

ANEXOS

TABLA I. Clasificación de Catástrofes (Crocq, Doutheau y Sailhan, 1987) citado en Fernández, Beristáin & Páez (1999).

Orden de Urgencia	Extension de la zona de impacto	Grado de Industrializacion y Urbanizacion	Numero de Victimas	Importancia de los Danios	Formas de aparicion del desastre
1	Muchas Comunidades	Urbanizada e Industrializada	Mas de 1000	Importantes	Imprevisto y Subito
2	Una sola comunidad	Urbanizada o Industrializada	De 100 a 1000	Moderados y Dispersos	Previsto y Subito
3	Un barrio de una comunidad	Ni Urbanizada, Ni Industrializada	Menos de 100	Debiles	Previsto y Progresivo

Tabla 2. *Estadísticos Edad.*

Edad	<i>f</i>	%
13	30	18,8
14	27	16,9
15	27	16,9
16	23	14,4
17	30	18,8
18	23	14,4
Total	160	100,0

Tabla 3. *Nivel Educación*

	<i>f</i>	%
Básica	29	18,1
Media o Bachillerato	123	76,9
Técnico	6	3,8
Universitaria	2	1,3
Total	160	100,0

Tabla 4. *Estado Civil*

	<i>f</i>	%
Soltero	154	96,3
Casado	2	1,3
Unión Libre	4	2,5
Total	160	100,0

Tabla 5. Situación Laboral

	<i>f</i>	%
Trabaja	4	2,5
No trabaja	27	16,9
Estudia	127	79,4
Otra	2	1,3
Total	160	100,0

Tabla 6. Percepción de Apoyo Social

	<i>f</i>	%
Nadie	2	1,3
Familiares	26	16,3
Instituciones Públicas o Privadas	113	70,6
Familiares e Instituciones	19	11,9
Total	160	100,0

CUESTIONARIO AFRONTAMIENTO Y CRECIMIENTO POST-INUNDACIÓN

PARA DAMNIFICADOS.

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Por favor, complete los siguientes datos, marcando la opción que corresponda.

Fecha y lugar en la que responde el cuestionario	
Ciudad en que vive	
Edad	
Sexo	1= Hombre 2= Mujer
Estado Civil	1= Soltero 2= Casado 3= Separado 4= Viudo 5= Unión Libre
Situación Laboral	1= Trabajando 2=No trabaja 3= Estudiante 4= Dueña de Casa 5=Otra
Nivel de estudios	1= Básica 2= Media o Bachillerato 3= Técnico

1. ¿Hace cuanto tiempo ocurrió la inundación?

2. ¿A dónde se traslado durante este hecho?

3. ¿Ya pudo retornar a su casa o aun no?

4. ¿Quién le apoyo durante el tiempo de la inundación? (personas o instituciones).

5. ¿Cómo cambió su familia en general (esta situación permitió unirlos o separarlos)?

Las siguientes preguntas hacen mención a la gente que le rodea y de su comunidad (es decir en los grupos de los que se siente parte), en su modo de ver la vida e indique en qué grado está de acuerdo con las siguientes afirmaciones, teniendo en cuenta que:

TOTALMENTE EN DESACUERDO	EN DESACUERDO	NI EN DESACUERDO NI DE ACUERDO	DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO					
1	2	3	4	5					
1. Me siento cercano a otra gente.					1	2	3	4	5
2. Cuando la gente hace un favor, no espera nada a cambio.					1	2	3	4	5
3. Creo que puedo aportar algo al mundo.					1	2	3	4	5
4. La sociedad está mejorando para gente como yo.					1	2	3	4	5
5. No entiendo lo que está pasando en el mundo.					1	2	3	4	5
6. Siento que pertenezco a algún grupo social					1	2	3	4	5
7. Creo que en general la gente es buena y amable.					1	2	3	4	5
8. Tengo algo importante que ofrecer a la sociedad.					1	2	3	4	5
9. Siento que soy una parte importante de mi comunidad.					1	2	3	4	5
10. La sociedad progresa, cambia para mejor.					1	2	3	4	5
11. El mundo es demasiado complicado para mí.					1	2	3	4	5
12. Creo que la gente me valora como persona.					1	2	3	4	5
13. La gente se preocupa de los problemas de los demás.					1	2	3	4	5
14. Mis actividades diarias aportan algo valioso a la sociedad.					1	2	3	4	5
15. El mundo es un lugar cada vez mejor para todos.					1	2	3	4	5
16. No merece la pena esforzarse en comprender el mundo en el que vivo					1	2	3	4	5
17. Mi comunidad es una fuente de bienestar para mí.					1	2	3	4	5

Los seres humanos estamos expuestos a hechos que no podemos controlar y que desbordan o requieren un gran esfuerzo para afrontarlos, situaciones que provienen de

catástrofes naturales como una inundación. Ahora se trata **de que Ud. recuerde este hecho que haya ocurrido en su vida relacionado con la inundación.**

Concéntrese en todos los detalle. Piense en ese evento de la inundación, y a continuación, escríbala brevemente, señalando algunos de los detalles, sensaciones y emociones que recuerde.

¿En general, cuan **estresante o traumático** ha sido esta situación de la inundación para Ud.?

Nada						Mucho
1	2	3	4	5	6	7

Ahora le rogamos que piense en la o las personas implicadas en esa situación, y responda a las siguientes preguntas:

¿Respecto a la situación que ha descrito antes, ¿en qué medida cree que ésta/s persona/s han vivido la **experiencia** de forma **parecida** a la suya?

Nada parecido						Muy parecido
1	2	3	4	5	6	7

Siempre con respecto a esta situación, ¿en qué medida cree que las **preocupaciones** de la/s personas a las que se está refiriendo han sido **similares** a las suyas?

Nada parecido						Muy parecido
1	2	3	4	5	6	7

A continuación, nos gustaría que respondiese a las siguientes preguntas marcando con el número **1 la alternativa más importante** y el número **2 la segunda alternativa** más importante, en relación a la inundación.

¿Por quienes se produjo la situación?

Descuido de autoridades en diques	Estamos en el campo	Nadie tiene responsabilidad	Otro

¿La situación provocó la pérdida de una persona?

Pareja o esposo/a	Padre/madre	Hijos	Otros miembros de la familia	Amigos	Conocidos	Ninguna persona

¿La situación provocó crisis familiar?

La familia se separó	Problemas económicos (desempleo)	Cambia la figura de autoridad en la familia	Hay muchos conflictos o peleas en la familia	Otros	No generó ninguna crisis familiar

¿La situación provocó pérdidas materiales?

Casa-	Bienes materiales	Animales	Cultivos	Otros	No provocó
-------	-------------------	----------	----------	-------	------------

Estrategias de Afrontamiento y Crecimiento Postraumático en Adolescentes

Apartamento					ninguna pérdida material

¿La situación provocó efectos en su barrio?

Desorganización	Desconfianza	Persecución u hostigamiento	Interrupción de actividades de reunión	Interrupción de actividades religiosas	Otros	Ninguno

¿Por qué se originó esta situación?

Por ser campesino	Por la región donde vivimos	Por el Invierno	Por pobreza	Destino	Voluntad de Dios	Ninguno

¿Cómo se podría evitar lo que pasó?

Buena voluntad de las personas	Planes de prevención de inundaciones	Acción de la Iglesia	Mejoras en la organización social o político	Otros

En relación con al tema de la inundación, indique en qué medida ha **realizado las siguientes acciones en su barrio**, teniendo en cuenta que:

Nunca	A veces	A menudo	Siempre
0	1	2	3

1. Participamos activamente en el barrio para planificar algunas acciones y participar en ellas.	0	1	2	3
2. Esperábamos lo peor.	0	1	2	3
3. Cada uno ha tratado de hablar con personas que podrían hacer algo concreto para resolver nuestro problema	0	1	2	3

4. Aceptamos la simpatía y la comprensión de otras personas que no vivían lo que nosotros vivíamos.	0	1	2	3
5. Hablamos con otras personas que tenían un problema similar para saber que hicieron.	0	1	2	3
6. Pusimos a disposición de los demás nuestras experiencias para ayudarlos.	0	1	2	3
7. Evitamos estar con otros grupos de personas que no vivían nuestros problemas. Nos aislamos	0	1	2	3
8. Hablamos con alguien que tenía un problema similar para saber qué hizo él/ella	0	1	2	3
9. Tratamos de encontrar el lado bueno de la situación para el grupo	0	1	2	3
10. Como resultado de lo que nos ocurrió hemos crecido y mejorado como barrio.	0	1	2	3
11. Descubrimos cosas que son importantes en la vida	0	1	2	3
12. Tratamos de estar juntos y hacer cosas para divertirnos y relajarnos (fiestas y actividades de grupo)	0	1	2	3
13. Nos criticamos por los errores y responsabilidades que hemos cometido al afrontar el problema.	0	1	2	3
14. Tratamos de olvidar, no pensar, centrándonos en otras actividades del grupo.	0	1	2	3
15. Hablamos y concluimos que la situación mejoraría sola, que seguiríamos como antes y que el problema desaparecería solo	0	1	2	3
16. A veces nos no podíamos creer lo que había ocurrido.	0	1	2	3
17. Nos comparamos con grupos que estaban peor que nosotros para consolarnos.	0	1	2	3
18. Nos comparamos con grupos que estaban mejor o que habían enfrentado exitosamente problemas o situaciones como la nuestra para inspirarnos	0	1	2	3
19. Comimos y bebimos juntos como grupo del barrio para sentirnos mejor	0	1	2	3
20. Salimos a pasear, a caminar, a hacer ejercicio, etc., para sentirnos mejor	0	1	2	3
21. Cuando realizábamos actividades en grupo, nos aseguramos de que los sentimientos no interfirieran en nuestro trabajo.	0	1	2	3
22. No hemos perdido la esperanza. Estar juntos nos ha ayudado a encontrar una solución posible.	0	1	2	3
23. Aceptamos la realidad de lo ocurrido, lo asimilamos	0	1	2	3
24. Bromeábamos sobre lo que ocurría	0	1	2	3
25. Actuamos en el barrio de forma más afectuosa y cariñosa que lo normal	0	1	2	3
26. Intentamos guardar y ocultar ante otros nuestros sentimientos	0	1	2	3

27. Nos decíamos o expresábamos unos a otros cómo nos sentíamos	0	1	2	3
28. Hablamos con otras personas de lo ocurrido y hemos compartido nuestros pensamientos y emociones.	0	1	2	3
29. Expresamos y descargamos fuertemente nuestras emociones	0	1	2	3
30. Planteamos nuestra posición y luchamos para defenderla ante los responsables del problema	0	1	2	3
31. No hablábamos sobre las cosas que iban mal	0	1	2	3
32. Rezamos	0	1	2	3
33. Acudimos a manifestaciones	0	1	2	3
34. Asistimos a misas o ceremonias religiosas	0	1	2	3
35. Organizamos fiestas de conmemoraciones o ceremonias de duelo	0	1	2	3

Indique en qué medida ha sentido que el **grupo o la familia** ha logrado **manejar el problema** en los siguientes aspectos:

En qué medida **ha disminuido** el displacer, molestia o desagrado en el grupo:

Cambió poco

Cambió mucho

o nada

1 2 3 4 5 6 7

En qué medida le ha sido posible **al grupo entender**, explicar y poder predecir la situación o conflicto:

Poco

Mucho

o nada

1 2 3 4 5 6 7

En qué medida le ha sido posible al grupo **controlar o resolver el problema** asociado a la situación:

Poco

Mucho

o nada

1 2 3 4 5 6 7

En qué medida le ha sido posible al grupo **manejar las relaciones con otras personas**, cambiarlas para mejor:

Poco

Mucho

o nada

1 2 3 4 5 6 7

En qué medida ha sido posible **mantener o mejorar la imagen del grupo** ante otras personas:

Poco

Mucho

o nada

1 2 3 4 5 6 7

Ahora, nos gustaría saber qué opinión tiene de las consecuencias de la inundación en su comunidad, teniendo en cuenta que:

1= es “empeoró mucho”, 2= “empeoró”, 3= “no afectó”, 4= “mejoro un poco” y 5= “mejoró mucho”:

	Empeoró Mucho	Empeoró	No afectó	Mejóro un poco	Mejóro Mucho
1. El clima o ambiente general afectivo de su país	1	2	3	4	5
2. El ambiente o clima social de:					
a. Esperanza, esperanzado	1	2	3	4	5
b. Solidario, de ayuda mutua	1	2	3	4	5
c. Confianza en las instituciones	1	2	3	4	5
d. Miedo, ansiedad	1	2	3	4	5
e. Enojo, hostilidad, agresividad entre las gentes	1	2	3	4	5
f. Tristeza, pasividad, bajo estado de ánimo	1	2	3	4	5
g. Alegría, confianza, contento	1	2	3	4	5

h. Tranquilidad para hablar	1	2	3	4	5
-----------------------------	---	---	---	---	---

A continuación responda pensando en el momento inmediatamente después de haber ocurrido la inundación, o en el momento más impactante del periodo o época en que ocurrió. Marque con una **X** la casilla con el número correspondiente.

Falso		Ni falso ni verdadero			Verdadero	
1	2	3	4	5	6	7

Lo que sucedió y las reacciones posteriores...	Totalmente falso		Ni falso ni verdadero			Totalmente verdadero	
	1	2	3	4	5	6	7
1.Redujo la confianza que tenía en mi misma/o							
2.Me hizo sentir muy capaz							
3. Me hizo perder la confianza en los otros, en la gente.							
4.Me hizo ver a las personas de forma más positiva							
5. Me hizo perder confianza en la vida.							
6.Hizo que viera al mundo de forma más optimista							
7. Hizo que la vida no tuviera más sentido para mí.							
8. Me hizo ver más claro el sentido de la vida.							

9.Me sentí muy distante de la gente, me sentí como abandonada/o a mi misma/o.	1	2	3	4	5	6	7
10. Me sentí capaz de hablar y compartir con mucha gente.	1	2	3	4	5	6	7
11.Me sentí descorazonada/o, desmoralizada/o	1	2	3	4	5	6	7
12. Me sentí motivado y lleno de alegría.	1	2	3	4	5	6	7

Las siguientes preguntas se refieren a las reacciones que usted ha experimentado durante el último mes. Por reacciones, nos referimos a sentimientos, emociones o pensamientos sobre lo que ha sucedido después de la inundación que todavía se mantienen hasta hoy. Marque con una **X** una de las siguientes opciones de respuesta:

Nada	Un poco	Moderadamente	Bastante	Mucho
0	1	2	3	4

<i>Preguntas</i>	<i>Respuestas</i>				
1. ¿Cuánto le han molestado los recuerdos no deseados o pesadillas de lo que pasó?	0	1	2	3	4
2. ¿Cuánto esfuerzo ha hecho para evitar pensar o hablar sobre lo sucedido o realizar actos que le recuerden lo sucedido?	0	1	2	3	4
3. ¿Hasta qué punto ha perdido el placer por las cosas, se mantiene distante de la gente, o le ha sido difícil experimentar sentimientos a consecuencia de lo sucedido?	0	1	2	3	4
4. ¿Cuánto le han incomodado problemas de sueño, concentración, nerviosismo, irritabilidad o sentirse muy alerta de lo que le rodea a consecuencia de lo sucedido?	0	1	2	3	4
5. ¿Qué tan desanimado o deprimido se ha sentido a consecuencia de lo sucedido?	0	1	2	3	4

6. ¿Considera que su habilidad para manejar otras situaciones o eventos estresantes se ha visto dañada?	0	1	2	3	4
7. ¿Considera que sus reacciones interfieren con el cuidado de su salud física? Por ejemplo, ¿se alimenta poco, no descansa suficiente, fuma más, o se ha dado cuenta que ha incrementado el uso de alcohol y otras sustancias?	0	1	2	3	4
8. ¿Qué tan estresado/a o incómodo/a se siente con respecto a sus reacciones?	0	1	2	3	4
9. ¿Qué tanto han interferido sus reacciones con su habilidad para trabajar o llevar a cabo actividades diarias, como labores del hogar o en su trabajo?	0	1	2	3	4
10. Dadas sus reacciones ¿qué tan afectadas se han visto sus relaciones familiares o de amistad?, ¿qué tanto han interferido en sus actividades sociales, recreativas o comunitarias?	0	1	2	3	4
11. ¿Qué tan preocupado/a se ha sentido acerca de su habilidad para vencer problemas que podría enfrentar sin mayor asistencia?	0	1	2	3	4

Relacionado con la experiencia de la inundación, ahora le pedimos que piense en **aspectos positivos de lo ocurrido**. A continuación señale si está de acuerdo con las siguientes afirmaciones, teniendo en cuenta que:

TOTALMENTE EN DESACUERDO	EN DESACUERDO	NI EN DESACUERDO NI DE ACUERDO	DE ACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO
1	2	3	4	5

1. He cambiado mis prioridades sobre lo que es importante en la vida.	1	2	3	4	5
2. He desarrollado nuevos intereses.	1	2	3	4	5
3. Tengo una mejor comprensión de algunas cuestiones espirituales.	1	2	3	4	5
4. Aprecio más el valor de mi vida o la valoro más.	1	2	3	4	5
5. Descubrí que era más fuerte de lo que en realidad pensaba.	1	2	3	4	5
6. Tengo más confianza en mí misma/o.	1	2	3	4	5
7. Soy más solidario y compasivo con los demás.	1	2	3	4	5
8. He descubierto el apoyo de personas que no eran cercanas a mí.	1	2	3	4	5
9. Ahora trato de escuchar y entender los problemas que me cuentan las personas.	1	2	3	4	5

10. Tengo un mayor sentimiento de cercanía hacia los demás.	1	2	3	4	5
11. Veo de una manera más clara que puedo contar con la gente en momentos de crisis.	1	2	3	4	5
12. Me he acercado a mi familia y amigos.	1	2	3	4	5
13. He reforzado mi participación social o política.	1	2	3	4	5
14. He reforzado mi participación en asistencia a charlas y manifestaciones.	1	2	3	4	5
15. Descubrimos que nuestra comunidad, grupo, familia era más fuerte de lo que pensábamos.	1	2	3	4	5
16. La comunidad, grupo, familia se hizo más compasiva y dispuesta a ayudar.	1	2	3	4	5
17. La comunidad, grupo, familia ha creado instancias para hablar de lo que pasó y sentimos.	1	2	3	4	5
18. Mi comunidad, grupo, familia empezó a salir a expresar su opinión, su forma de pensar	1	2	3	4	5
19. Hemos formado grupos organizados para apoyarnos y apoyar a quien lo necesite.	1	2	3	4	5
20. Se ha reforzado la sensibilidad hacia violaciones de los derechos humanos en este país.	1	2	3	4	5
21. Se ha reforzado el apoyo a una justicia igual para todos y contra la impunidad en este país.	1	2	3	4	5
22. Se ha reforzado el apoyo a la libertad de opinión y la aceptación de diferencias.	1	2	3	4	5
23. Ha aumentado el rechazo a la violencia como forma de represión y acción política.	1	2	3	4	5
24. Ha aumentado la participación y los compromisos políticos y éticos en el país.	1	2	3	4	5